

DÉCEMBRE 2018
NO 33



LA GAZETTE



Osez l'échec!



Notre nouvel espace de consultations

à **Bernex** ouvert depuis le 1er avril 2018

tous les mardis après-midi

a été inauguré le 16 novembre



Retrouvez les **interviews** récentes de

Monika Ducret sur **Radiolac** et **RTS**

sur notre site internet,

rubrique: Publications/Images, sons, vidéos.



Notre **graphiste**

Fanny Bocquet s'est

mariée le 4 novembre!

Nous lui adressons

toutes nos félicitations!



ECR EGLISE CATHOLIQUE
ROMAINE-GENEVE
EN MARCHÉ À VOS CÔTÉS

Le **Courier Pastoral de l'ECR** d'Octobre 2018

parle des 40 ans de Couple et Famille !

Couple et Famille vous informe de son actualité, de ses événements, ou encore vous propose ses plus fameux articles.

Abonnez-vous à sa **NEWSLETTER**

info@coupleetfamille.ch

Nous tenons à remercier chaleureusement

la commune d'Anières et l'Association l'Acase

pour le financement des deux numéros de La Gazette 2018

Couple et Famille

c'est...

Une association à but non lucratif créée en 1978, soutenue et financée par l'ECR (Eglise Catholique romaine de Genève), la République et le canton de Genève, les dons et le produit de ses activités.

Elle est membre de COUPLE+, de la FGEM (Fédération Genevoise MédiationS), d'Avenir Familles, du collectif Enfant et Séparation et du CAPAS (Collectif d'associations pour l'Action sociale).

Son objectif est de soutenir et d'accompagner les familles et les couples dans les difficultés relationnelles qu'ils rencontrent. Elle est ouverte à tous, dans le respect des convictions et des valeurs de chacun. Elle propose des consultations conjugales, familiales, parentales, de la médiation familiale et de la médiation parents-ados, les questions financières ne devant empêcher personne de venir consulter.

Notre association ne pourrait exister sans nos donateurs, le produit de nos consultations ne représentant que 25% de notre budget annuel. C'est pourquoi nous profitons de cet anniversaire pour les remercier tous de leur appui et de leur fidélité.

Pour connaître plus en détails nos prestations, nous vous invitons à consulter notre site

www.coupleetfamille.ch

Avec le soutien de

l'Eglise catholique
romaine de Genève

ECR EGLISE CATHOLIQUE
ROMAINE-GENEVE
EN MARCHÉ À VOS CÔTÉS

et

la République et
canton de Genève





SOMMAIRE

NEWS	2
EDITO <i>Odile TARDIEU</i>	3
L'INVITÉ Penser pour panser l'échec Interview de Philippe Lechenne <i>Charlotte DEBIONNE</i>	4
COUPLE Échec, montre-moi mon «pays»! <i>Véronique HÄRING</i>	10
A LIRE Les vertus de l'échec de Charles Pépin <i>Cécile MEYER</i>	13
FAMILLE L'école, une tranche de vie marquante! <i>Monika DUCRET</i>	14
MEDIATION FAMILIALE Vivre le divorce autrement <i>Pierre-Alain CORAJOD</i>	16
SPIRITUALITÉ À la mort, à la vie! <i>Philippe MATTHEY</i>	18
LE COIN DES ENFANTS	19

«L'échec est le fondement de la réussite» (Lao Tseu). Ou bien, dit autrement, «l'échec est la voie du succès; chaque erreur nous apprend quelque chose» (Morihei Ueshiba).

Je pourrais continuer ainsi à citer sur ce thème des dizaines de phrases ou de maximes particulièrement exaspérantes pour qui vit un échec et qui semblent dire: c'est très bien un échec, cela permet de grandir, d'avancer, d'aller vers la réussite... facile à dire quand il s'agit de l'échec d'un autre mais plus difficile à vivre quand il s'agit de son propre échec.

Mais qu'en est-il vraiment ?

L'équipe de C&F est confrontée chaque jour à des personnes qui disent avoir échoué dans leur couple, leur famille, avec leurs enfants. Ces «échecs» sont évidemment très douloureusement vécus. Aussi réfléchir sur ce thème a paru comme une évidence.

Philippe Lechenne, dans une longue interview faite par Charlotte Debionne, développe ce qu'est l'échec ou le sentiment d'échec. Il parle de mettre en marche le «pensoir» d'une histoire qui déculpabilise de l'échec. Il dit aussi qu'il faut «oser penser l'échec pour le dépasser».

Véronique Häring, en prenant des exemples concrets, propose de prendre du recul face à des événements inattendus et peu agréables (des échecs en quelques sorte) : il y a plusieurs solutions pour en sortir, par le haut ou par le bas. Autant essayer «par le haut».

Dans la thérapie de famille c'est souvent d'échec scolaire dont on parle, Monika Ducret développe cette question et invite à avoir un autre regard sur les échecs scolaires qui sont pour elle «un processus d'apprentissage par essais/erreur».

Pierre Alain Corajod aborde la question du divorce. Son expérience, les témoignages entendus en séance lui ont permis d'isoler des facteurs pouvant aider à «réussir un divorce» et donc à dépasser l'échec du mariage.

Enfin Philippe Matthey, dans un texte plein d'espérance parle de la Croix du Christ, «folie et scandale» à l'époque mais aussi «premier signe qui conduit à la résurrection». Il annonce «un Dieu qui vient nous chercher tout au fond de notre condition humaine pour nous relever, capables d'amour libre et vrai».

Pour finir, une dernière citation: «tout le monde échoue une première fois; si tu ne connais pas l'échec, comment pourras-tu connaître le succès?». Celle-là je l'apprécie.

Odile TARDIEU
Présidente





Philippe Lechenne

Thérapeute de couple et de famille AGTF*, ASTEFIS*, EFTA*
Ancien directeur de l'OPCCF* et de l'IECF* à Genève



Propos
recueillis par
**Charlotte
DEBIONNE**
Conseillère
conjugale

Penser pour panser l'échec

Les personnes qui viennent consulter un thérapeute vivent souvent le sentiment d'échec de ne pas pouvoir résoudre leurs difficultés seules. En tant que thérapeute, pourriez-vous définir ce qu'est l'échec ?

Tous les individus ont besoin de défis pour trouver leur identité. L'humain est ainsi conçu qu'il lui faut pouvoir faire quelque chose qui est un petit dépassement de soi et ce dépassement de soi peut aboutir soit à réussir ce qu'on veut effectuer soit au contraire à devoir supporter l'échec. On se différencie de l'animal, car nous, humains, avons un système de pensée qui nous permet d'anticiper l'échec et s'inquiéter, s'angoisser, se demander ce que penserait mon père, ma mère, mon frère, mon environnement de la situation d'échec. On est en effet capable de faire toute une montagne de ce qui n'est pas une réussite! N'étant pas éthologue, je ne sais pas si un singe qui défie le mâle dominant sans y parvenir est un animal qui vit un échec. Dans cette comparaison à l'animal, on peut dire que l'humain inscrit l'échec

dans une dimension plus culturelle que biologique. Sur un plan comportemental, l'animal dominé qui aura tenté le défi ne pourra faire autrement que de rentrer dans le rang alors que l'humain devra vivre une histoire avec les perceptions de lui-même et des autres qui peuvent se révéler des jugements de valeur. Ainsi, concernant notre métier commun de consultant de couple ou de famille, je trouve que cela vaut la peine de réfléchir à l'échec dans le domaine de notre travail.

Le sentiment d'échec est-il changeant selon les époques ?

Si l'on remonte dans le temps, je pense que les individus grandissaient dans les années 50-60 d'une manière plus névrotique qu'aujourd'hui. Les gens de ma génération ont plus qu'aujourd'hui appris à s'oublier pour le bien commun: se taire à table, s'oublier, obéir à certaines règles ou normes sociales. Depuis les années 70 et 80, une société de type plus narcissique s'est imposée qui autorise l'individu à exister pour lui-même. L'individu

qui est enfant ou adolescent aujourd'hui peut développer une croyance en lui assez bien marquée, il est valorisé par ses parents, ce qui est une bonne chose. Cependant, il doit dans le même temps se confronter à quelque chose de plus difficile qu'à mon époque où les portes étaient toutes ouvertes sur le plan professionnel. On peut dire que maintenant les jeunes sont davantage en tiraillement entre une estime de soi plus idéalisée et une réalité sociale où il faut se battre plus fortement pour faire sa place. Le dilemme de l'échec est plus criant aujourd'hui spécialement chez les garçons adolescents. Je constate dans mes consultations que les jeunes sont beaucoup plus en difficulté face à l'échec que nous ne l'étions, car il faut réussir, être bon, être beau, on doit briller!

Comment expliquer qu'il existe des contextes où la pensée autour de l'échec permet de le dépasser ?

On entend parfois le postulat réducteur qu'il existe des losers et des winners. L'idée est plutôt de

(*) AGTF: Association Genevoise de Thérapie Familiale
ASTHEFIS: Association Suisse de Thérapie Familiale et d'Intervention Systémique
EFTA: Association Européenne de Thérapie Familiale
OPCCF: Office Protestant de Consultations Conjugales et Familiales
IECF: Institut d'Études du Couple et de la Famille

s'intéresser au contexte qui fait que dans une situation donnée, telle famille est dans un sentiment d'échec qui n'arrive pas à être dépassé. Il y a des personnes qui ratent beaucoup de choses, mais on peut travailler avec eux, non pas pour développer un narcissisme flamboyant, mais une juste bonne estime de soi et pour déterminer où il est possible de mettre les pieds dans une réussite.

Je pars de l'idée que l'échec n'est pas malsain, mais que le contexte peut être difficile pour soutenir un membre de ce contexte en situation d'échec si on n'arrive pas à le penser et le dépasser avec lui. L'environnement familial ou professionnel peut être un soutien pour se dire «je ne suis pas seul face à mon échec». C'est une des vertus de la famille si on part du principe que la famille est un ensemble où on doit se sentir à la fois même et différencié. Comment suis-je membre d'une famille? Être membre c'est être «comme», c'est-à-dire avoir la capacité d'être ensemble et de pouvoir créer des solidarités. Dans une fratrie on peut créer aussi des rivalités pour vérifier qu'on est différents avec une série de réussites et d'échecs. Si ce n'est pas pensé, ces échecs peuvent s'enkyster et créer une «mentalité de l'échec» amenant alors un questionnement «est-ce que je ne suis pas un loser?».

L'animal qui tente quelque chose qui ne fonctionne pas ressassera, il fera des expériences. L'humain ne dit pas qu'il a fait une expérience désagréable dans le fait de rater un examen par exemple, il parle en termes d'échec ou de réussite. Qu'est-ce qui fait qu'il ne parle pas en termes d'expérience?

Quand il est question de rites de passage ou d'examen, je ne suis pas seul face à la réussite ou l'échec. Je suis en relation avec moi-même et aussi avec les personnes et les groupes auxquels j'appartiens. J'appartiens à des

sphères familiales, sociales, professionnelles et cela constitue mon identité. Dans chacune de ces appartenances, il y aura des transformations dues au temps et notamment lors de certaines étapes de la vie de famille (cycles de vies): naissance du couple, naissance des enfants, mort des parents, retraite... Ces transformations amènent des tensions, voire des crises, entre les membres d'une famille et invitent à réfléchir à ce qu'est un échec ou une réussite. Mon conjoint perçoit une situation comme un échec quand je la perçois comme une réussite.

Un être humain sur une île déserte n'aurait jamais de sentiment d'échec puisqu'il n'aurait aucune interaction avec d'autres individus? Le sentiment d'échec s'inscrit donc dans la relation à l'autre?

Il est logique de dire que si on n'appartient pas, on ne vit pas! On peut dire que l'on vit dans le regard de l'autre. Les grands psychologues ont insisté sur l'importance de l'attention conjointe avec le bébé et de créer un jeu relationnel avec tous nos sens, particulièrement le regard. Ainsi se construit la vie psychique et relationnelle. Tout comme le reste, le sentiment d'échec s'inscrit dans une relation à l'autre et particulièrement à la norme familiale et sociale.

Faut-il vivre certaines expériences négatives pour grandir? Le cas échéant, cela sera-t-il un manque dans le futur?

Tous les actes de la vie me font apprendre par moi-même dès que je suis autonome: je deviens capable de réussir quelque chose par moi-même. Les parents attendent des évolutions vers l'autonomie à tous les instants de la vie de leur enfant: manger proprement, acquérir la propreté, traverser une rue. Ils gratifient la réussite. Et quand cela ne marche pas, ils peuvent dire que c'est un échec, mais qu'on va réussir la prochaine fois.

A quel moment le mot échec va apparaître dans une famille? Si par exemple un enfant peine à être propre et que la mère vit cela comme un échec, on peut déjà se demander comment cette mère est perçue dans les yeux de l'enfant. L'enfant pourrait alors construire avec sa mère un jeu relationnel autour du souci: «Je fais du souci à maman, donc je m'occupe de maman et maman a besoin de moi pour qu'elle soit occupée par le souci que je lui procure.» Une belle circularité systémique: est-elle échec ou réussite?!

Le souci peut venir remplir un enjeu d'échec plutôt que des enjeux de réussite et de dépassement. J'ai reçu une maman avec son adolescente. La mère se plaint, car la fille ne suit plus ses cours et reste à la maison, elle dit: «Je ne le supporte plus, ma fille est encore en échec». Je lui demande: «Votre fille est en échec depuis longtemps?» et elle me répond: «Déjà quand j'étais enceinte, je sentais dans mon ventre que ma fille serait en échec!». Pour introduire une connotation positive, je dis à la fille devant la mère: «Je suis admiratif de votre mère qui a voulu créer un lien d'amour indéfectible, un enfant qui ne réussit pas et veut toujours rester proche de sa mère pour ne pas laisser sa mère seule, c'est une preuve d'amour extraordinaire, vous ne trouvez pas?» et à la mère: «Peut-être qu'il serait bon que votre fille ne réussisse rien? Car comment votre fille pourrait réussir sa vie et en même temps rester très proche de vous?»

Dans les entretiens qui suivront, il s'agira de travailler l'isolement de ce duo dans leur appartenance, comment contrer cet isolement en favorisant d'autres tiers que le thérapeute, en développant d'autres appartenances pour la mère et la fille dans l'idée que «l'on construit son identité au carrefour de nos différentes appartenances». C'est au prix de

ce travail où personne n'est perdant que la fille pourra développer son autonomie et reprendre son collège.

Comment les jeunes font-ils face à l'échec aujourd'hui compte-tenu de la dimension culturelle et sociale plus exigeante ?

Il est capital dans mon travail de thérapeute systémicien de considérer le contexte familial et l'environnement plus large. Comment dans une famille donnée est vécue une situation d'échec ? Certains parents ne viendront pas consulter, car ils sont en capacité de parler à leurs enfants en leur disant «on va s'en sortir» avec parfois cette phrase très forte de soutien «c'est un échec, mais qu'est-ce que tu apprends de cet échec pour rebondir ?» C'est une posture très positive que certains parents adoptent naturellement.

Les parents ont des capacités de supporter l'échec en fonction de ce qu'ils ont eux-mêmes vécu : d'après Mony Elkaim, on peut les questionner sur ce qui résonne autour de l'échec dans leur propre vie, pour tenter d'accompagner autrement un enfant ou un adolescent en situation d'échec. Si je suis un père qui a mal vécu l'école, qui s'est fait renvoyer du collège et qui a une sorte de rage non travaillée et si mon fils est en échec, je risque de prendre l'échec de mon fils comme une résurgence de quelque chose qui a été douloureux pour moi. Vais-je être en capacité d'aider mon fils ? Pour ce faire, il est intéressant de travailler sur trois générations. Ce qu'un enfant vit en termes d'échec est relié à ce qu'un parent a lui-même vécu par rapport à ses propres parents et comment il a pu le dépasser ou comment, a contrario, il peut rester quelque chose d'irrésolu, peu ou pas pensé ni élaboré. La parole des parents est ici primordiale. En caricaturant, lorsqu'un père dit à son fils «on n'en a rien à faire des professeurs qui sont tous des incompetents dans ce collège», il

ne favorise pas de premier abord un processus de pensée qui va aider son fils adolescent, il stimule plus l'action que le «penser». Notre travail est de pouvoir réfléchir comment les familles et les environnements peuvent penser l'échec et de quelle manière on va les soutenir en mettant de la pensée là où il y a uniquement des actes.

Je reçois un jour un père et son fils adolescent de 16 ans qui a arrêté son collège et s'enferme dans sa chambre à ne plus rien faire. Je demande au père ce qu'il attend de son fils et il me répond qu'il n'a rien à attendre de son enfant. Je le questionne si lui-même a eu un papa qui a attendu quelque chose de lui. Il explique alors qu'il a eu un père extrêmement rigide qui l'a empêché d'exister pour lui-même, qu'il a été en échec dans sa vie, car il a dû obéir à la contrainte du père sans pouvoir exister par lui-même. Il conclut en disant que son fils doit grandir par lui-même. Plus tard dans la séance, le fils réagit en disant : «Papa, je pense que tu n'en as rien à faire de moi et de toute manière, puisque je peux faire ce que je veux, si je ne veux rien faire alors je ne fais rien !» Je dis au père : «J'ai l'impression que votre fils attend quelque chose de vous ? Entre la rigidité que vous nommez de votre propre père et le laxisme que vous laissez planer auprès de votre fils, peut-être y a-t-il un entre-deux acceptable et agréable qui ferait que votre fils pourrait compter sur un père qui a une idée sur lui.» Il répond qu'il n'a pas à avoir une idée sur son fils : «Je ne peux pas dire à mon fils, je te verrai dans ce métier, tu as des qualités pour travailler dans tel ou tel secteur, car c'est sa liberté.» En tant que thérapeute, je lui demande si son fils vit cela comme de l'indifférence. Le fils confirme «c'est tout à fait cela». On voit bien que dans cet exemple, l'échec que vit le père dans sa relation à son propre père, est transformé dans une inversion à son propre fils et le fils laisse entendre au père, j'attends

quelque chose de toi qui ne soit pas un vide. Il a besoin de se situer dans le miroir que son père est de lui.

L'échec peut-il une méthode d'apprentissage ?

Je crois que l'échec ne peut être une méthode d'apprentissage que s'il existe un double enjeu de réussite et d'échec. Dire à son enfant : «Tu vas passer un examen, il est possible que tu réussisses si tu as bien appris. Quoiqu'il arrive, je te soutiens.» Dans ce cas, l'échec est pensable. En revanche, si je lui dis : «Je suis certain que tu vas réussir cet examen.» Alors, il n'y a pas cet enjeu de dualité et l'échec n'est pas pensable. L'environnement est par conséquent très important.

Quand on sort de l'échec, devient-on aussi un peu victime ?

La plupart des couples et des familles résolvent leur crise sans aller en thérapie, ils ont une certaine souplesse pour aborder l'échec, cette capacité de se dire «que fait-on de cet échec ?», d'en parler et de penser, la plupart des familles savent tenir. Pour les adolescents, la pire des choses que je rencontre et contre laquelle je me bats, ce sont les parents qui lâchent. Là, je deviens parfois assez directif ! Je leur dis : «Votre enfant adolescent est en échec, je vous invite à ne pas baisser les bras.» Notre travail n'est pas d'écouter les parents se plaindre de cet enfant qui met la famille en échec. C'est vraiment de penser avec eux comment ils vont rebondir : «Comment votre enfant peut se voir dans vos yeux, voir que vous croyez en lui ?» Pour cela il faut tenir. Comment ? Le cas typique du papa qui est déçu de son adolescent et qui lui dit ouvertement : «Tu crois que moi j'ai réussi comment ?» Et il continue en le dénigrant... Je lui dis : «J'ai l'impression que vous êtes déçu et que vous allez le lâcher et le laisser dans le pétrin. Je vais réfléchir avec vous comment ne pas le lâcher.» Aujourd'hui on a

un devoir d'assistance jusqu'à ce qu'ils soient indépendants (et ce n'est pas à 18 ans la plupart du temps!). Le père déçu doit être questionné sur comment il a envie de lâcher: «Votre enfant de 17 ans est en échec, et vous, comment votre père a été à votre adolescence? C'est votre enfant et vous n'allez pas le lâcher. On va réfléchir d'où cela vient pour que vous soyez à ce point déçu et qu'il est si difficile de tenir dans l'éducation de votre enfant.»

Penser l'échec serait la première étape pour en sortir avant de mobiliser les ressources estime de soi, confiance, etc. ?

L'idée c'est de penser avec le jeune en échec, l'échec peut créer sur un plan émotionnel un traumatisme, au point que beaucoup de jeunes ne veulent pas en parler. On est obligés, pour leur redonner confiance et estime, de leur dire «tu es en échec et tu ne peux pas en parler, il faut que tu saches qu'on est là, il faudra un jour en parler pour pouvoir le dépasser». Quand le

jeune entend cela de ses parents, il faut être tranquille que cette parole a été entendue. On est dans la bonne estime de nous, bons parents, et lui nous en veut d'aller bien malgré l'échec qu'il vit. C'est subtil de reconquérir la relation pour pouvoir repenser avec le jeune et retrouver la confiance qu'il a perdue. C'est une chose que les parents n'apprennent pas, certains le font naturellement et d'autres sont embarrassés. Un jeune homme ne voulait plus étudier, il est venu avec ses parents en consultation. Je lui dis: «Quel est votre objectif dans la vie?» Il me dit: «Moi, je ne veux plus étudier, mon avenir c'est être DJ.» Le père n'est pas d'accord, il veut qu'il fasse un apprentissage dans un métier technique. Le jeune avait tenté d'écrire une lettre de postulation pour être apprenti, mais il avait trouvé sa lettre tellement nulle qu'il l'avait déchirée. Le père se dit incapable de l'aider à écrire une lettre. Je lui dis: «Je crois que votre fils a besoin d'être aidé.» J'ai finalement pris 30 minutes après

la séance pour écrire la lettre avec le père et le fils, car c'est le rôle des parents d'aider les enfants pour s'adresser au monde des adultes. Ces gens étaient démunis, ne savaient pas écrire une lettre de postulation. Dans le terre-à-terre du quotidien, le fils était tellement en échec qu'il n'avait rien fait, il restait dans ses rêves. Il était isolé dans le «je dois réussir par moi-même». On a reconquis la confiance par la parole au cours des séances, mais aussi par des actions concrètes. Dans cette situation, faire de la thérapie sans actes concrets de soutien, cela n'avance pas.

Avec un couple en difficulté, est-ce que l'environnement est aussi important que pour un jeune adulte ?

J'avais reçu un couple âgé il y a longtemps à l'initiative de Madame. Monsieur avait été riche. Sa femme avait honte de venir consulter et disait «j'ai vécu 30 ans de ma vie avec un mari qui m'a maltraitée, battue, mais j'ai vécu dans l'aisance. Je me



sens mal d'avoir été une femme vénale. Maintenant qu'il n'a plus rien, je n'ai plus rien à faire de lui, je le quitte». Voici une situation d'échec importante, on peut supporter une part d'échec dans nos situations conjugales. Quel est le vecteur de la réussite ? Dans le cas présent, l'échec a été plus lourd quand la femme a décidé de partir. Lors de la crise de 2008, j'avais reçu beaucoup d'employé(e)s de banque, qui du jour au lendemain avaient dû lâcher maison, voiture et train de vie aisé. Ces échecs sont douloureux, car le contexte est une addition d'échecs sur le plan social, conjugal, professionnel qui se cumulent pour un même individu.

Les situations de couple sont en général plus pondérées. Les constructivistes comme Robert Neuburger ou Philippe Caillé ont travaillé sur les mythes fondateurs du couple. On part de l'idée que tout couple est né d'un mythe fondateur plus ou moins conscient.

Quand je pose la question à un couple : «Qu'est-ce qui vous a uni ?» Et la réponse est : «On voulait tout vivre ensemble.» Il s'agit d'un mythe d'unité. Un autre couple dira «on s'est rencontrés, car on a tout de suite senti qu'on pourrait être libres l'un et l'autre», ceux-ci sont pétris d'un mythe de liberté. Il apparaît qu'on est tous motivés dans notre constitution inconsciente des couples par une mythologie qu'on ignore tant on croit que c'est la norme. Le couple va ritualiser une série d'actes, par exemple s'attendre pour le repas, boire le thé, tout doit se faire ensemble dans le mythe d'unité, certains sont si fusionnels que l'un peut à un certain moment se sentir étouffer : Madame échappe à la fusion en reprenant des cours de gym le soir et Monsieur ne va pas le supporter ce qui entraîne une crise de couple. Pour Monsieur, Madame conteste aujourd'hui ce qui a fondé leur couple et il est en train de vivre son couple comme un échec par rapport à ces valeurs qu'il défend toujours.

Notre travail est d'évoquer avec eux leur histoire et d'entendre la perception que chacun en a et s'ils peuvent accepter que ce ne soit possiblement pas un échec, mais une évolution du couple. On réfléchit comment il est possible de reconstruire le couple sur une greffe mythique, est-ce que le couple va encore exister s'il se transforme par rapport à son mythe fondateur ? En fonction de l'histoire familiale de chacun, ces thérapies peuvent durer, car le couple doit pouvoir expérimenter entre les séances la crise et le sentiment d'échec pour possiblement que Monsieur dise : «Je comprends mieux maintenant, je sais que ma femme n'est pas infidèle quand elle va à la gym et moi je peux commencer à vivre des choses pour moi.»

Ce n'est donc pas un échec personnel, mais l'échec de la mise à jour du contrat qui crée ce sentiment d'échec, car souvent le couple se transforme sans qu'il s'agisse d'un sentiment d'échec des origines du couple.

Comment dans ce contexte on peut entendre les couples séparés qui se font la guerre à travers les enfants, ils nourrissent sans arrêt ce combat contre l'autre ? Comment mettre de la pensée ici ?

Les couples qui se séparent bien, qui ne vont voir ni le médiateur ni le conseiller conjugal sont des couples qui ont les capacités d'avoir eu des séparations plus ou moins réussies de leur propre famille d'origine, c'est-à-dire pas trop traumatiques. Dans les couples qui se déchirent, j'ai le sentiment que les enfants sont les instruments de choses mal réglées au-dessus, les parents sont de nouveau dans une situation où ils sont perdants («j'ai assez perdu, je ne vais encore perdre encore contre lui/elle, je veux gagner le plus possible»). Les enfants sont au milieu de ce conflit et subissent les enjeux de l'échec de deux individus qui se disputent. Pourquoi certains

couples arrivent à se séparer correctement en se disant «j'ai vécu 2 ans dramatiques, notre couple était un échec, c'est très douloureux, néanmoins, aujourd'hui j'ai pu me relever, faire ce divorce, en discuter avec mon ex-mari ou mon ex-femme de manière à ce que les enfants ne soient pas dépositaires de nos tensions perpétuelles. C'est un échec de couple, mais on a pu penser, parler».

Alors que dans les couples conflictuels, on est tellement dans «l'acting» souffrant du divorce qu'on ne lâche rien. Évidemment les parents n'ont pas l'intention de faire du mal aux enfants. Mais ici la séparation est vécue sur un mode souffrant et passionnel du couple, les adultes ne sont pas toujours en mesure de voir combien les enfants sont instrumentalisés et combien ils payent cher la facture. Une mère me dit en consultation que son ex-mari avait dit à sa fille : «Qu'est-ce qu'elle a mis dans ta valise ta p... de mère ?» Elle voulait écrire à son ex-mari pour lui expliquer qu'il ne peut pas parler ainsi d'elle à leur fille et elle vient voir un thérapeute. Je lui dis que c'est un homme qui est certainement pris dans quelque chose de très douloureux avec cette séparation, il est dans les actings verbaux et ne se rend pas compte que la fille paye cher. La difficulté réside dans le fait que ce sont Madame et sa fille qui viennent consulter alors que Monsieur ne le veut pas et qu'il faut alors travailler sans lui.

La fonction de l'acting, c'est inconsciemment de ne pas penser ?

C'est de ne pas accepter l'insupportable, ne pas vouloir dépasser quelque chose qui est insupportable dans la vie actuelle de cet homme. Peut-être est-il pétri d'angoisse qu'il cache dans sa violence verbale ? Ou est-ce que sa colère a pour lui une fonction antidépressive ? S'il lâchait, qu'est-ce qu'il lui arriverait ? Il

faudrait lui poser cette question, mais nous sommes dans une situation où la personne qui pose problème n'est pas présente. On doit pouvoir dire à cet enfant devant sa mère : « Comment tu comprends que ton papa est en difficulté pour parler comme cela de ta mère devant toi ? Ton papa ne va certainement pas bien, comment on va l'aider ? » - plutôt que rentrer dans l'accusation et demander une révision de jugement. On va vérifier dans quelle mesure la fille et la mère peuvent s'accorder pour faire face à ce que père vit comme un échec, non pas par la contre-attaque, mais par la meilleure stratégie pour retrouver une manière pour les parents de remplir leurs tâches parentales de la façon la plus collaborative possible et pour la fille de poursuivre son développement dans de meilleures conditions.

Pourrait-on dire plus généralement que les tribunaux, fortement sollicités par certaines situations, n'ont pas les moyens de penser l'échec pour le dépasser ? Tant que les conjoints sont dans le combat, ils ne pensent pas ?

C'est là où j'aime être systémicien pour parler du contexte. L'échec n'appartient pas à un membre, mais il convient de voir, de manière circulaire et non linéaire, comment il est vécu dans le système et comment il est amplifié. Comment dans un système donné les choses se jouent pour amplifier, dramatiser une crise ou au contraire pour la désamorcer ? La difficulté est que les juges sont formés de manière causaliste linéaire et non systémique. Est-il d'ailleurs possible de transformer une justice sanctionnante en justice accompagnante ? La psychanalyse est encore souvent causaliste, on est dans le pourquoi, on entre parfois dans des stigmatisations, il existe aussi des courants de pensée dans la psychologie, la thérapie ou le droit qui ne favorisent pas une lecture différente pour transformer les

jeux d'un contexte. On parle de jeux relationnels en systémique. On crée – les parents d'abord et bien des instances par la suite – des jeux enfermants, répétitifs et rigides qui peuvent coûter cher à certains enfants qui développent des comportements à risque. Quand j'entends un adolescent me dire : « je ne supporte plus mes parents, car si je n'avais pas existé, ils auraient divorcé et ne se parleraient plus ; à cause de moi ils se déchirent. Qu'est-ce que je fais sur cette terre ? » Qu'est-ce qui fait qu'on arrive à ce jeu tellement figé que cet adolescent pense que la porte de sortie est qu'il disparaisse ?

Comment accompagner ces parents qui se déchirent pendant des années ?

Apparemment quelque chose n'est pas résolu avec les origines. Si je réfléchis à l'ensemble de la carte familiale avec le couple, je peux oser : « Madame, êtes-vous d'accord si je pose une question à Monsieur sur votre histoire, comment il la perçoit ? » et ensuite : « Monsieur, votre femme semble vous attaquer fort sur tel principe, qu'est-ce qu'elle a vécu d'après vous pour être en telle difficulté face à cet échec de votre couple et qu'elle doive se battre ainsi ? » Pour décharger et déculpabiliser l'enfant, je remonte dans les origines ; pour décharger le couple, je remonte aussi dans les origines. Le couple est en échec, car il y a eu des échecs passés qui n'ont pas été pensés, on est dans une résurgence, une répétition. En général, quand on fait parler l'un des partenaires sur l'histoire de l'autre, c'est étonnant de voir comment il écoute le récit de sa propre histoire « je ne savais pas que tu savais, je ne t'en avais jamais parlé ».

On met ainsi en marche le « penser » d'une histoire qui les déculpabilise de l'échec auquel ils ont abouti. Je ne leur dis pas que les parents/grands-parents sont des mauvaises personnes responsables des malheurs de leur

vie, je leur dis que quelque chose de non résolu au-dessus s'est enkysté et se rejoue encore plus fort à l'échelon suivant. Cela, en général, décongestionne et déculpabilise, on peut entrer alors en matière de manière croisée dans des questionnements, le couple gagne en relation, cela permet de se reparler et de penser ensemble. Ils ne se regretteront pas forcément, mais ils comprendront ce qu'ils ont reçu d'irrésolu de leur histoire familiale, ils auront peut-être envie de libérer leurs enfants de ces choses qu'ils ont dû porter.

Quand le couple « modèle » divorce, comment cela peut-il être vécu par l'entourage familial qui tombe des nues ?

La plupart des enfants ne sont pas dupes et ressentent les tensions parentales. Il est néanmoins capital pour le couple de pouvoir réfléchir comment annoncer la séparation aux enfants, parents et amis même si cela n'empêchera pas les enfants de ressentir souvent une chute d'estime de soi, avec parfois un sentiment de honte de la séparation. Il y a des groupes de parole chez Astrame et à l'OPCCF pour aider l'enfant à penser ce qu'est la séparation, travailler la culpabilité et se dire qu'il y a un échec de la famille à pouvoir vivre sous le même toit. Certains enfants sont révoltés, d'autres soumis, c'est la capacité des parents ou de l'environnement (grands-parents) de pouvoir penser avec les enfants et de discuter avec d'autres couples de parents qui fait la différence.

Au fond le travail du thérapeute pour travailler l'échec, c'est bien de mettre de la pensée là où il n'y en a pas ?

La pensée est un tiers. On intervient pour mettre en pensée et ce qui va aider la famille ou le couple, c'est notre capacité à faire circuler la pensée tout en les rassurant « votre capacité d'avoir pu penser la crise autrement permet de la dépasser, c'est votre force ». ■



**Véronique
HÄRING**
Conseillère
conjugale

Échec, montre-moi mon «pays»!

Déshabillez l'échec de son affect et il devient une expérience. Une expérience dont vous vous seriez bien passés... me direz-vous. Et pourtant... malgré les émotions difficiles et douloureuses souvent associées à l'échec, malgré les conséquences pénibles qu'il peut entraîner, il représente la possibilité d'être le point de départ d'une exploration, d'un apprentissage pour nous permettre de grandir et mûrir. Cependant, pour qu'un échec libère son plein potentiel, il faut que certaines conditions soient réunies, faute de quoi, il nous terrasse, nous anéantit avant même d'avoir pu faire le premier pas!

Nous voulions atteindre un objectif et la confrontation au réel nous a amenés dans un «ailleurs» non prévu sur le plan. «Ne pas avoir atteint son objectif» telle pourrait être une définition de l'échec. Prenons un exemple qui ne reflète pas la gravité de certains échecs, mais ce choix est volontaire car nous devons nous souvenir que toute chose a l'importance qu'on lui donne et cela varie considérablement d'un individu à l'autre. Une situation n'est jamais, en soi, un échec. On la vit comme un échec... ou pas. Tout dépend de notre regard sur soi et la situation, pour ne pas dire sur la vie. Changer nos lunettes noires par des plus... roses existe dans le champ des possibles.

Déviations

Je suis en route pour Paris et voilà qu'une déviation me fait sortir de l'autoroute. Mon GPS est hors-service par conséquent je suis les panneaux scrupuleusement jusqu'à ce que... je sois complètement perdu! Mon objectif d'atteindre Paris ne sera plus possible ce soir. J'ai échoué dans mon objectif d'atteindre Paris dans les conditions prévues initialement. Je vais décevoir les amis qui m'y attendent et surtout leur fils qui se faisait une joie de me voir, je vais être obligé de prendre un hôtel non prévu au budget car il est déjà très tard... Rien ne se passe comme prévu et je suis perdu! A partir de cette situation, je peux me dire que je suis un incapable, un piètre conducteur... «un bon à rien» comme me disaient mon père ou mes professeurs quand j'étais enfant... Pétri de honte, je n'ose plus lever les yeux. Sans pouvoir relever ni la tête ni les yeux, comment vais-je pouvoir observer, explorer ce qui m'entoure et qui compose mon expérience? Le regard rivé sur le bout de mes chaussures, je ne peux rien en dire, rien en apprendre.

A l'inverse, si cet écueil ne réveille pas en moi cette attaque interne (initialement externe avant de devenir interne!) contre mon estime de moi, je peux relever la tête et m'apercevoir que si ce n'est pas la Tour Eiffel qui est devant moi... c'est un château! Je

suis à Orléans, au cœur des châteaux de la Loire! Il est certain, je ne serai pas à Paris ce soir, mais j'accepte l'expérience et les ressentis que la situation provoque en moi. Pourquoi? Pour une raison très simple: parce que je ne peux pas changer ma réalité. Je suis où je suis et je vis ce que je vis. Il n'y a aucun «ailleurs» où je puisse être. Inutile de lutter. Accepter. Avec cette attitude d'accueil de la situation, je préserve un espace pour penser ce qui m'arrive et ressentir les émotions que la situation suscite en moi. Je peux me questionner: comment suis-je arrivé là? Quel itinéraire aurais-je dû prendre? Par où vais-je repartir demain? Etc.... Si je suis mortifié par mon erreur ou mon échec, les paroles assassines de mon père résonnant dans ma tête, je ne peux plus penser. Je ne peux rien apprendre. Je ne peux pas profiter de ce qui m'est donné à vivre ce soir-là et admirer les châteaux illuminés qui apparaissent dans le paysage.

Revenons à Genève... Alors que la journée semblait commencer normalement et paisiblement, voilà que la vie m'annonce une déviation: ma femme déclare qu'elle veut divorcer! Ce n'était pas du tout prévu sur le plan! Que s'est-il passé? De temps en temps j'entends bien qu'elle me dit que je suis aussi égoïste que mon père, centré sur moi et tou-

jours en train de me plaindre. Je la connais, depuis le temps... non seulement elle exagère toujours, mais en plus, en plus, elle se répète! C'est toujours la même rengaine! Donc je n'y prête plus guère attention depuis longtemps! «Eh...pourquoi penses-tu que ce soit toujours la même rengaine?» me chuchote une petite voix qui m'agace considérablement. Elle insiste: «et si ça lui pesait plus que tu n'as jamais voulu l'entendre?... Ne t'a-t-elle pas souvent dit qu'elle souffrait de tes comportements... ?». Foutaises!

Quel chemin prendre ?

Cet homme sent qu'il va «être conduit» à un endroit où il ne veut pas aller, malgré lui. Il ne peut plus éviter la déviation! Il va se retrouver dans une zone inconnue, commence à se sentir perdu, inquiet, habité par des émotions de peur, de colère, de désarroi. Que va-t-il arriver maintenant? Son plan de vie se brouille, vacille... s'effondre. S'il bénéficie autour de lui d'un système de soutien défaillant, il pourrait entendre des phrases telles que «cela ne m'étonne pas de toi, tu n'as jamais su garder une femme!», «tu nous as toujours déçu, ça continue!»,... Il doit affronter le regard réprobateur de sa famille, de ses enfants, de ses collègues... Il va se sentir si minable et honteux que sa colère sera peut-être son meilleur rempart contre des sentiments bien plus douloureux d'indignité. «Je vais la traîner devant les tribunaux, elle ne verra plus ses enfants... je vais la dénigrer auprès de tous ses amis...! Elle va voir de quoi je suis capable!». Selon le degré de honte qui l'accable face à l'échec de son couple, cet homme ne peut pas lever les yeux, il ne peut pas apprendre de ce vécu. Son estime de lui, laminée depuis l'enfance par un système de soutien défaillant ne lui permet pas d'accepter la fin de son couple en tant qu'«expérience douloureuse» que la vie lui impose. Seuls existent les sen-

timents d'être «mauvais», «pas à la hauteur»... N'est-ce pas ce qu'on lui renvoie depuis son enfance? «Mauvais fils», «mauvais élève»... et maintenant «mauvais mari»! Sa femme, en attirant son attention sur ses comportements dysfonctionnels au sein de la relation, lui présente un miroir depuis des années pour qu'il puisse se regarder dedans: «regarde, quand tu agis ainsi, tu te comportes de manière très égoïste...tu es sans cesse dans la plainte, c'est décourageant pour moi...». Il n'a jamais pu se regarder dans ce miroir, car il apprend depuis sa plus tendre enfance à y voir un «bon à rien»! Se regarder étant insupportable, il a toujours détourné les yeux, vociférant «Foutaises! Arrête avec ta psychologie à deux balles!»

En revanche, si cet homme vit dans un contexte dans lequel le système de soutien prononce des paroles telles que «ce que

tu vis est difficile, mais tu vas apprendre de cette expérience et tu vas t'en sortir. Tu peux compter sur nous, on est là si tu as besoin de nous», les conditions sont alors propices à la réflexion, au questionnement, au dialogue, à la remise en question. Même si la situation n'en demeure pas moins douloureuse, le fait que l'échec ne menace pas l'intégrité narcissique, rend l'expérience utilisable et source de progression. Un espace peut s'ouvrir pour comprendre qu'est-ce qui a fait «déviation» sur le chemin pour qu'aujourd'hui, son couple se retrouve en train d'«explorer Orléans» alors qu'il avait prévu de se rendre à Paris par la route la plus simple et la plus directe possible? S'il accepte l'expérience – accepter ne signifie pas «s'en réjouir», mais dire «oui» à ce qui est, réaliser que dire «non» est vain -, alors l'échec conjugal de cet homme peut devenir une rencontre avec lui-même. Il



peut aller explorer ses châteaux - ses émotions, ses besoins, ses croyances, son histoire, etc... - et rencontrer les fantômes du passé qui s'y cachent et qui apportent très certainement leur pierre à l'édifice de l'échec du couple. Échec qui, grâce à la prise de conscience des enjeux qui tissent la trame relationnelle du couple, va peu à peu s'appeler «fin» ou «réajustement d'itinéraire».

Itinéraire conseillé

Comme il est plutôt rare que nous prévoyions, de notre plein gré, les déviations qui nous feront grandir, essayons d'accepter avec sagesse lorsque la vie vient mettre son «p'tit grain de sel» en nous imposant des travaux sur la route: ils sont le terreau de notre maturation! Ils nous rendent plus conscients de nous-mêmes, nous aident à voir que, quel que soit le système de soutien dont on a

bénéficié ou souffert, ce qui importe, c'est que nous puissions aujourd'hui admirer les châteaux qui sont en nous, rencontrer, face à face, leurs fantômes, afin d'apaiser nos relations et, plus largement, notre existence. Se rencontrer soi-même aujourd'hui, c'est pouvoir rencontrer l'autre demain. Rencontrer, c'est s'exposer; et pour oser prendre ce risque, il faut s'aimer ou apprendre à s'aimer soi-même avec une infinie bienveillance.■



L'illustr' artiste de
LA GAZETTE

**FANNY
BOLQUET**



www.fannyb.artblog.fr

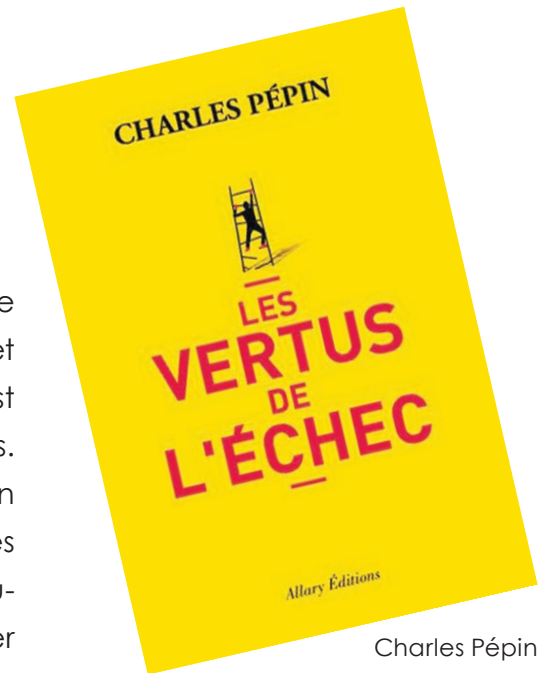


Illustrations.fanny bocquet



LES VERTUS DE L'ÉCHEC

«L'échec est au cœur de nos vies, de nos angoisses et de nos réussites». Il est indispensable à notre épanouissement, et permet parfois de nous mener à nos plus grands succès. C'est par nos erreurs que nous apprenons, que nous progressons. Pourtant, l'échec est un thème qui a toujours été délaissé en philosophie, au grand étonnement du philosophe Charles Pépin. Il nous propose donc, à travers cet ouvrage, seize nouvelles interprétations de l'échec, afin de cesser de le redouter mais de l'accueillir plutôt avec grâce et bienveillance.



Charles Pépin
Allary Éditions, 2016

Dépeignant l'échec à la fois comme un outil d'apprentissage, une ouverture sur de nouvelles perspectives ou encore une leçon d'humilité, Charles Pépin propose de reconsidérer notre perception de l'échec, et de le voir non plus comme une fatalité, une faiblesse, mais comme une occasion de se développer, de s'endurcir. L'échec nous permet de nous confronter au réel, de mesurer la force de notre ambition et d'affirmer notre tempérament.

A travers l'expérience de nombreuses personnalités, qu'il décrit parfois dans ses moindres détails, l'auteur illustre parfaitement l'impact bénéfique que va avoir l'échec sur la vie de chacun. La sensibilité de la chanteuse Barbara, la maîtrise de Rafael Nadal, l'inventivité de Steve Jobs, autant de qualités qui ne se seraient pas développées si l'adversité ne les avait pas révélées. Ces échecs ont permis à ces individus de redescendre sur terre ou au contraire de se voir pousser des ailes. Ils ont appris à échouer et ont mérité leur succès.

Charles Pépin éclaire ces divers parcours de vie à la lumière des plus grands penseurs, de Platon à Sartre en passant par Marc-Aurèle, Nietzsche et Freud. Et il introduit dans cette réflexion son propre sens critique, en se désolant que l'échec soit encore vu, aujourd'hui en Europe, comme une tare que l'on essaie d'éviter à tout prix, en ne se centrant que sur le succès. Pour lui, la vision américaine de l'échec est beaucoup plus convaincante : *fail fast, learn fast*. Les échecs sont assumés, ils sont même une source de fierté ; on expose ses blessures de guerre. Et c'est cette attitude qui, selon Charles Pépin, devrait primer aujourd'hui dès la scolarité. L'auteur termine son ouvrage par ces mots : «Nos échecs sont des butins, et parfois même de véritables trésors. Il faut prendre le risque de vivre pour les découvrir, et les partager pour en estimer le prix.»

Oser l'échec, c'est donc vivre sa vie dans sa plus belle intensité.

Cécile MEYER
Psychologue
stagiaire





**Monika
DUCRET**
Conseillère
conjugale
Thérapeute de
famille

L'école, une tranche de vie marquante !

Nos longues « carrières » scolaires nous ont offert à chacun d'entre nous moult occasions d'apprendre bien davantage que le programme scolaire. En effet, à l'école on a appris à réfléchir, à mémoriser, à lire et à compter, mais aussi à se socialiser dans le lien à l'autre. Nous avons certainement des souvenirs contrastés, dans la joie et la peine, en lien avec l'obtention de bonnes et mauvaises notes scolaires et dans la rencontre avec nos camarades d'école. En effet c'est aussi l'époque de la création de grandes amitiés qui nous accompagnent souvent toute notre vie. Parfois, c'est aussi la période des premières expériences relationnelles douloureuses comme par exemple le harcèlement ou le racket, qui aujourd'hui sortent heureusement du huis-clos des préaux d'école.

Avec nos parents, nous avons aussi pu ressentir leur plaisir et leur fierté pour nos victoires et leur déception voir leur colère pour nos échecs. Aujourd'hui c'est au tour de nos enfants de vivre ces moments riches en émotions. Comme nous, ils vivent des réussites et des échecs, et nous, nous vivons avec eux les émotions en écho. Sommes-nous dans la répétition ou voulons-nous faire autrement ?

Avant de pouvoir répondre à cette question, qui suppose une prise de conscience et donc un choix, nous en faisons l'expé-

rience. Ainsi une émotion forte provoquée par un échec de notre enfant, peut être la résurgence de souvenirs lointains, souvent oubliés afin de nous protéger de la douleur si vive à l'époque. Aujourd'hui elle est encore là, dans une intensité surprenante et incompréhensible !

Les émotions étant contagieuses, celles de nos parents ont pu nous envahir et s'ajouter aux nôtres. Si la parole n'a pu se libérer et donner du sens à cet événement marquant, alors elle sera restée là, à l'état brut, dans notre inconscient comme un petit grain de sable. On se sera alors construit autour en cloisonnant, en oubliant, ce qui n'a pu l'être.

Dans l'espace de la thérapie de famille, nous entendons ses résonances douloureuses qui posent problème lorsqu'elles favorisent inconsciemment une attitude de fuite devant l'adversité au lieu de l'affronter, construire son échec devenant une solution à une réussite improbable !

Ce que nous nommons échec est en fait un processus d'apprentissage par essais/erreur, l'erreur étant source d'information précieuse pour les ajustements futurs. Cette vision qui positive l'échec, l'école semble l'avoir trop souvent oubliée. Cette approche de la matière nous confronte, nous révèle notre manière d'apprendre, de mémoriser et de structurer le savoir.

Selon la devise antique popularisée par Socrate «Connais-toi toi-même», ce travail sur soi nous permet de prendre conscience de nos mécanismes internes afin de les ajuster. Il serait par ailleurs intéressant d'analyser les raisons du désenchantement que nombre d'enfants manifeste après quelques années scolaires. Pourquoi cette soif d'apprendre et l'enthousiasme qui caractérisent les enfants disparaissent si souvent ?

Venir consulter, c'est ouvrir un espace de dialogue. L'enfant/l'adolescent a besoin d'entendre que ses parents peuvent écouter ses peurs, sans les juger ni les rejeter. L'échec scolaire peut être l'expression d'un mal être plus global du jeune, voire de sa famille. Cela peut être par exemple une manière inconsciente d'attirer l'attention sur soi pour détourner le regard parental de quelque chose d'autre comme les signes d'une rupture du couple. Si les tensions familiales sont fortes, elles prennent littéralement la tête du jeune, alors apprendre perd de son sens, demain n'existant plus. Le mal-être peut aussi révéler d'autres manières de traiter l'information comme les hauts potentiels ou les dyslexique-dyscalculie, etc., ce que l'école commence à prendre en compte aujourd'hui.

Avec le professionnel, toutes les pistes seront explorées et élaborées en mettant en lumière les

compétences restées invisibles aux yeux des parents. Le but est de co-construire des projets remettant le projecteur sur le futur qui appartient au jeune, qui font sens pour lui et lui redonne l'envie d'investir sa vie. Il est très important de ne pas réduire le jeune à son échec uniquement, ce qu'il peut ressentir lorsque toutes discussions tournent uniquement

autour de l'école. Il a besoin d'être vu comme un champ plein de promesses même si sa terre n'est pas encore prête. A nous parents de savoir attendre et de voir plus loin, vers l'horizon. L'histoire de Thomas Edison, inventeur de mille brevets dont l'ampoule électrique, renvoyé de l'école à sept ans car jugé trop bête et trop curieux par son maître, est révé-

latrice d'un jugement condamnant sans réflexion, mais aussi, du soutien d'une mère qui a cru en lui, lui permettant de libérer son génie créatif.

Le soutien des parents, leurs regards à la fois bienveillants et cadrants restent essentiels pour construire la confiance en soi, moteur de nos rêves. ■

Il s'ont pensé l'échec pour nous...

Je n'ai pas échoué des milliers de fois, j'ai réussi des milliers de tentatives qui n'ont pas fonctionné.

Thomas Edison

Le fait d'avoir été renvoyé d'Apple a été la meilleure chose qui me soit arrivée.

Steve Jobs

Quand vous jouez une note, seule la suivante permettra de dire si elle était juste ou fautive.

Miles Davis

Je ne perds jamais. Soit je gagne, soit j'apprends.

Nelson Mandela

Dans tout acte manqué, il y a un discours réussi.

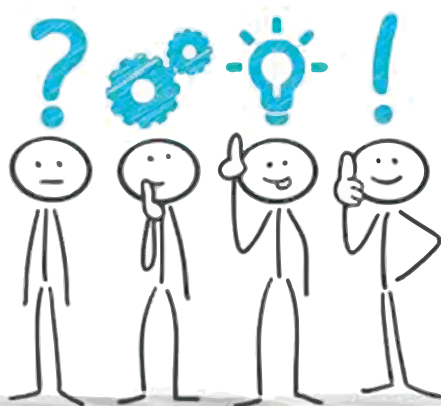
Jacques Lacan

Le succès c'est d'aller d'échec en échec sans perdre son enthousiasme.

Winston Churchill

Déjà essayé. Déjà échoué. Peu importe. Essaye encore. Échoue encore. Échoue mieux.

Samuel Beckett



Impose ta chance, serre ton bonheur et va vers ton risque.

René Char

Ce qui dépend de toi, c'est d'accepter ou non ce qui ne dépend pas de toi.

Epictète

Un voyage de mille lieues commence par un pas.

Lao-Tseu

L'échec est seulement l'opportunité de recommencer d'une façon plus intelligente.

Henri Ford



**Pierre-Alain
CORAJOD**
médiateur familial

Vivre le divorce autrement

A Genève comme dans bien d'autres régions, le divorce concerne de nombreux adultes et enfants chaque année (plus de 20'000 enfants en Suisse par année). A Couple et Famille nous constatons que le divorce est la plupart du temps ressenti comme un échec avec des conséquences qui peuvent toucher la santé physique et psychique des parents et des enfants. Donc, de prime abord, écrire un article sur les avantages de l'échec lorsque l'on parle de séparation ou de divorce, c'est un peu comme louer les bénéfices d'un vase brisé autrefois rapporté de Chine par quelqu'un qui nous est cher. Tout comme l'objet, l'être est en mille morceaux et durablement marqué. Difficile d'y voir donc des fruits. Comment dès lors vivre et transformer ce sentiment de gâchis, de perte en quelque chose de positif ?

Pourtant des couples que nous rencontrons montrent qu'il est possible de dépasser la séparation, en prenant le temps, en favorisant la réflexion avec l'autre et avec soi-même, en développant l'empathie et en acceptant de prendre sa part de responsabilité. Le tout, étant accompagné par le soin que l'on apporte à l'autre parent, à ses enfants et à soi-même.

Comme médiateur familial j'entends parfois qu'après l'échec du couple, il est de mise de réussir au moins le divorce. Si l'intention est sans doute louable, sa réalisation mérite une attention très, très particulière. Quatre fac-

teurs semblent ressortir particulièrement des témoignages entendus en séance.

Le temps

Avec l'aide du temps, plusieurs bénéfices semblent se dégager. Le temps permet de vivre les événements et de « digérer » les émotions ; en d'autres termes de prendre du recul. Il permet l'évaluation de la situation et la reconstruction de son monde qui s'est effondré, à l'image du vase brisé. Le temps offre aussi la possibilité de « rattraper » le parent qui a pris la décision de la séparation. Très souvent, des parents disent être dans l'incompréhension de ce qui se passe. Pour eux, il est nécessaire de penser la situation qu'ils disent subir. Le temps permet l'expérimentation de la vie à deux maisons pour les enfants avec ses conséquences pratiques et financières. Ce dernier bénéfice du temps est déterminant dans la plupart des situations. En effet, on lit que pour apprendre il faut se tromper. Or pour que la vie conjugale se modifie en vie parentale avec le bien-être des enfants en ligne de mire, il est fondamental de prendre le temps de tester et surtout d'ajuster l'organisation du quotidien des enfants, de leur manière fréquenter chaque parent ainsi qu'avec la famille élargie. Les couples qui se disent satisfaits de leur séparation sont ceux qui auront « mis en marche le pensoir » comme le dit si bien Philippe Lechenne dans notre interview et qui se seront donnés

le temps nécessaire pour vivre la séparation avant de la faire juger par un tribunal.

La réflexion personnelle et à deux

Lorsque la souffrance est trop grande, le niveau émotionnel trop élevé, les parents sont souvent dans les passages à l'acte : droits de visites non respectés, critiques ou insultes vis-à-vis de l'autre parent, tentation de retrouver sa famille d'origine au risque d'être accusé d'enlèvement, refus de collaboration, etc. Conscientes ou non, ces situations sont dramatiques, non seulement pour l'autre parent, mais surtout pour les enfants. Parfois, on parle aussi d'aliénation parentale. La médiation familiale offre un espace sécurisé et neutre pour que les parents puissent se parler et exprimer besoins et émotions. Combien de fois, n'ai-je pas entendu que la séance est le seul lieu où les parents se parlent. Tout le travail sera de les amener à développer d'autres lieux pour échanger et créer. Cela peut prendre du temps.

La séparation c'est le moment de la remise en question personnelle. Bon nombre de parents consultent individuellement pour comprendre et analyser les éléments factuels qui ont menés à la séparation (événements, faits) et mettre en mots les émotions qui les habitent. On me parle souvent de la culpabilité vis-à-vis des enfants et des proches de ne pas être arrivé à prendre

un autre chemin que celui-ci. J'entends aussi la colère contre eux-mêmes ou contre l'autre parent, souvent virulente. Cette réflexion doit également aboutir à une meilleure compréhension de ce qui appartient à soi dans cette étape de séparation et de ce qui appartient à l'autre. Charles Pépin écrit que «c'est le jour où [le presse-agrumes] ne marche pas, se bloque, s'enraie, que vous commencez à vous intéresser à lui: vous le touchez, le retournez, le démontez – c'est le jour où il ne marche plus que vous commencez à comprendre comment il marche». Jolie métaphore pour valoriser la modification du regard sur soi et sur l'autre dans les moments difficiles. Contrairement à l'assemblage d'un meuble, il n'y a pas de notice de montage pour réparer un couple... ce serait bien trop facile. En revanche, il existe des techniques et des professionnels pour aligner l'engrenage abîmé et l'accompagner dans un moment de doute ou d'échec complexe.

L'empathie

Le troisième facteur essentiel à la réussite d'une transformation du sentiment d'échec est sans doute lié à la capacité d'empathie. Autant dire que sur ce point nous ne sommes pas égaux. Lorsque Philippe Lechenne décrit dans sa pratique qu'il demande à un parent ce qui, selon lui, a amené l'autre dans cette situation, c'est le pousser

à se mettre à sa place. Parfois, j'entends l'un dire à l'autre qu'il a de la peine à accepter la décision mais qu'il la/le comprend. De fait, il/elle est capable de se mettre à sa place et de ressentir ses émotions (empathie émotionnelle) et réfléchir ses actions (empathie cognitive).

La reconnaissance de sa part de responsabilité

Le dernier facteur pourrait être la reconnaissance de sa part de responsabilité dans cette décision, même si elle est subie. Il n'est pas ici question de mea culpa mais de comprendre ce qui a favorisé cet état de fait comme une perte d'implication dans le couple, des mots blessants ou jugeants, des mensonges, etc. Reconnaître c'est identifier ce qui n'a pas fonctionné depuis sa propre place. C'est porter un regard sur ses idéaux et valeurs qui font qu'un jour on a trouvé la princesse ou le prince charmant et qu'aujourd'hui tout cela s'est transformé. Certains diront que c'est un pas vers le pardon. Si pour être en couple il faut être deux, cela implique inévitablement qu'il y a deux manières de concevoir un échec. S'il peut être considéré par l'un comme une occasion de transformation ou de nouveauté, l'autre peut le vivre comme une fin insurmontable, comme un objectif personnel raté empreint de culpabilité ou de rage. Comment accepter et comprendre que ces deux conceptions puissent coexister et

qu'il n'y en a pas une plus juste que l'autre ?

Ramassons notre vase brisé de tout à l'heure, et imaginons le potier chinois qui y a mis tout son savoir-faire issu de traditions millénaires, son cœur, son énergie et son temps pour le façonner et peut-être le décorer. Une fois réduit à l'état de débris, il aura besoin de temps pour rassembler et identifier les morceaux, de patience et de réflexion pour les replacer selon ses souvenirs et de compétences pour trouver un moyen de les recoller avant d'éventuellement apposer un vernis. A ma connaissance, il n'existe pas de colle chimique capable de réparer les rêves et les idéaux et les positionner à la bonne place. En revanche, il existe des liants favorisant la collaboration parentale au-delà de la séparation et transformant peut-être ce sentiment d'échec. La médiation familiale vise à traverser tous ces aspects au rythme des médiés: le temps, la réflexion, l'empathie et l'implication de chacun. En séance, les médiés sont invités à s'interroger sur le sens qu'ils mettent au mots «couple», «parents», «valeurs» et à exprimer leurs ressentis pour les reconnaître et reconnaître ceux de l'autre parent. En un mot, la médiation vise à réparer et soigner le lien. Celui-là même qui ouvre une dimension d'humanité dans les relations entre les Hommes et qui est trop souvent oubliée au profit de l'individualisme.

En conclusion, si l'échec «n'est pas malsain» comme le propose Philippe Lechenne, si la défaite n'existe pas et que la victoire s'oppose à l'apprentissage pour Nelson Mandela, la séparation conjugale peut alors être considérée comme une étape susceptible de transformation. Mais pour ce faire, il semble indispensable de prendre en compte un certain nombre de facteurs capables de nuancer sa propre attitude de non-jugement et de considération des autres. ■





**Philippe
MATHEY**
prêtre

À LA MORT, À LA VIE !

Nos fragilités ne sont-elles pas aussi ces points d'appuis sur lesquels nous construisons notre vie ? Les montagnards savent bien que la joie du sommet est d'autant plus grande quand on « en a bavé » pour y parvenir. Ce n'est pas l'épreuve elle-même qui est vivifiante mais les capacités parfois insoupçonnées qui nous permettent de les traverser et de les dépasser. Ne sommes-nous pas invités dans cette Gazette à « oser l'échec pour le dépasser » ?

Y aurait-il donc une force vive à tirer de nos contrariétés et des turbulences de nos existences ?

Dans son programme de mission, notre maître jalonne notre chemin par un discours étonnant : celui des Béatitudes - Matthieu 5, 1-12. Il y évoque nos pauvretés, nos faims et nos soifs, nos solitudes et nos nudités... Il ose y déceler le bonheur lorsque celles-ci sont enrichies et nourries par l'attention d'un autre qui vient les remplir de sa présence et qui, par là nous donne de les affronter et de les dépasser. Jésus ne fait pas là l'apologie de la pauvreté, de la violence ou de l'injustice qui sont à combattre résolument, mais il nous donne une chance de les assumer en nous réjouissant de recevoir consolation, solidarité, partage et miséricorde. Rien ne peut résister à ce bonheur-là !

Lors d'un temps de Retraite avec les amis de Couple et Famille, nous avons cheminé sur les

traces des martyrs de St Maurice, nous avons traversé les vestiges des tombeaux sur lesquelles la Congrégation millénaire de l'Abbaye s'est construite. Nous nous sommes rappelés que l'Eglise des premiers siècles a grandi sur les signes et témoignages de mort et que les reliques des Saints sont au cœur des églises et des communautés qui les habitent. Qu'est-ce à dire que le christianisme soit ainsi comme enraciné dans ces traces de mort ? Ne nous reconnaissons-nous pas en traçant sur nous une croix, symbole de torture des premiers siècles ?

Si on en reste à cette apparence bien réelle, alors notre crédulité est totalement absurde. Dans ses lettres aux premières communautés chrétiennes, Saint Paul évoquait le langage de la croix comme une « folie pour les païens et un scandale pour les juifs » - I Corinthiens 1, 18-25. Comment se fait-il que notre espérance soit fondée sur un échec ? Précisément parce que celui qui le vit nous appelle à suivre le chemin qui permet de le dépasser. Le même apôtre y voit la force et la sagesse de Dieu.

« C'est quand je suis faible que je suis fort ! » - II Corinthiens 12, 10.

La Croix du Christ est le premier signe qui conduit à la résurrection : Pourquoi ? Parce qu'elle est l'accomplissement de sa mission qui consiste à s'engager totalement en faveur de la vie et à

oser risquer sa vie pour la donner dans sa totalité. La Croix est folie et scandale, non pas à cause des souffrances qui l'accompagnent mais parce qu'elle est le plus sûr moyen d'échapper aux puissants de tous poils. Elle est la réponse pacifique de l'amour à la violence de la jalousie et du pouvoir. Elle est pour nous le signe que rien ni personne ne peut mettre l'amour à mort.

La Résurrection du Christ, loin de nier les violences de notre humanité, ose les affronter pour les transformer en germe de vie nouvelle ; celle d'un Dieu qui vient nous chercher tout au fond de notre condition humaine pour nous relever, capables d'amour libre et vrai. Elle est la preuve par l'acte de la réalisation de la promesse des Béatitudes, une parole à ce point engagée qu'elle traverse tout ce qui tend à la détruire.

Oui, cette parole réalise ce qu'elle promet : la miséricorde et la paix ne valent-elle pas mieux que toutes les illusions d'un bonheur qui se repaît de l'orgueil de la domination ? Nous ne sommes pas condamnés à la perfection, nous sommes aimés tels que nous sommes ! Le Christ, artisan de paix, est celui qui vient rendre à tous les petits et les fragiles, la dignité humaine qui nous fait plus grands que nos échecs ! Heureux soyons-nous ! ■



9 choses à dire aux enfants à propos des échecs



Couple et Famille vous propose

Consultation conjugale

Consultation familiale

Consultation parentale

Médiation familiale

Médiation parents-ados

Rue du Roveray 16 - 1207 GENEVE

022.736.14.55

sur rendez-vous

info@coupleetfamille.ch

Vous souhaitez soutenir notre association?

**Nous serons heureux de recevoir vos dons sur notre
CCP 12-10967-2**

Vous souhaitez devenir membre de notre association?

Cotisation annuelle:

Fr. 40,- par personne / Fr. 80,- pour les personnes morales et les associations

Retrouvez tous les articles de LA GAZETTE sur notre site

www.coupleetfamille.ch

<http://www.facebook.com/coupleetfamille>



**PROCHAIN
NUMÉRO
2019**



Couple et Famille remercie tous ceux qui soutiennent l'association, que ce soit par des dons, leur amitié ou de la publicité autour d'eux.