

Montessori și didacticul individualizat în viața cotidiană

EDUCAȚIE

Montessori și didacticul individualizat în viața cotidiană

EDUCAȚIE

Secretele de familie

CUM SE MOȘTENESC TRAUMELE

SERGE TISSERON

— Ediția a II-a —

Traducere din limba franceză de
Cristina Rusu

philobia

Respectătoare de familie : cum se moștenesc traumele / Serge Tisseron ; trad.: Cristina Rusu ; red.: Liviu Dascălu. - București : Philobia, 2014
Bibliogr.

ISBN 978-606-8560-02-1

I. Rusu, Cristina (trad.)

159.97

616-001

LES SECRETS DE FAMILLE

SERGE TISSERON

Copyright © Presses Universitaires de France, Les secrets de famille

SECRETELE DE FAMILIE
CUM SE MOȘTENESC TRAUMELE
SERGE TISSERON

Credit foto copertă: © Kydriashka | Dreamstime.com

ISBN 978-606-8560-02-1

© 2014 – Editura PHILOBIA

internet: www.philobia.com
e-mail: contact@philobia.com
+40 746 49 25 59 (RO)
+33 625 51 13 24 (FR)

*Editor: Bianca Biagini**Traducere: Cristina Rusu**Redactare: Liviu Dascălu**DTP: Petronella Andrei**Corecțură: Dorina Oprea**Copertă: Cătălin Furtună*

CUPRINS

Introducere

5

Capitolul 1 – Ce este un secret?

9

- I. Cele trei condiții ale apariției unui secret 10
- II. Problematica transmiterii psihice 12
- III. Trei greșeli care se fac de obicei în privința secretelor 16
- IV. Introiecție și asimilare psihică 18
- V. Secrete, infiltrări și ricoșeuri 19

Capitolul 2 – Infiltrările Secretului

26

- I. Când trecutul și prezentul se amestecă 26
- II. Comportamentele ciudate 29
- III. Emoțiile dezadaptative 30
- IV. O tradiție familială neobișnuită 33
- V. Cuvinte interzise sau încărcate de pasiune 35
- VI. Un scenariu 37
- VII. Cărțile pentru copii 38
- VIII. Reacțiile de neînțeles față de anumite imagini 40

Capitolul 3 – Ricoșeurile Secretului

44

- I. Puterea imitației 45
- II. Reproducerea modalităților privilegiate de atașament 47
- III. Probleme de învățare 50
- IV. Simptomele somatice 51
- V. Comportamentele enigmatische 52
- VI. Vinovăția 54
- VII. Conformismul 55

VIII. Rușinea	57
IX. Indicibil, nenumibil, negândibil	59
Capitolul 4 – Înnoiri teoretice	62
I. Abordarea sistemică	63
II. Impactul traumei	67
III. Înnoirile teoretice din psihanaliză	69
IV. Rolul realității sociale	75
Capitolul 5 – Cripte și fantome psihice.	
O istorie socială	80
I. Omniprezența fantomelor	81
II. Cripte și fantome	83
III. Tăcerea criptei	86
IV. Fantoma care îl bântuia pe Hergé	89
V. Fantoma nazismului	91
VI. Când un monument păstrează un Secret	93
Capitolul 6 – Cum să te reconstruiești,	
pornind de la Secrete	97
I. „Nu e vina ta”	100
II. De la ce vârstă să le vorbim?	101
III. „Ce mi se ascunde?”	104
IV. Rușinea și Secretele	106
V. Secretul din instituțiile medico-sociale	107
VI. Rolul legiuitorului	109
Concluzii	
Cele trei generații ale Secretului	112
Cum să vorbești	113
Cum modifică internetul secretele	115
O luptă niciodată încheiată	116
Bibliografie	117
	119

INTRODUCERE

„Lucrurile despre care nu poți vorbi sunt tocmai acelea de care nu poți să te vindeci; o rană nevindecată se transmite din generație în generație...”

(Bruno Bettelheim,
citat de Claudine Vegh)

Fără posibilitatea de a păstra un secret, nu există stimă de sine, libertate și poate nici iubire. Fiecare are dreptul la intimitate, atât în aspectele ei fizice, cât și psihice – de altfel, ele sunt deseori greu de separat, întrucât regulile pudorii nu le diferențiază. Însă în același timp este cu neputință să ignori faptul că atunci când secretul nu mai e păstrat pentru a te apăra, ci din teama de a-l evoca, totul își schimbă sensul. Și nu numai pentru acela care, prin prisma secretului, este împărtășit între dorință și angoasa de a vorbi. Chiar și apropiații lui sunt afectați și, în special, copiii săi. Iată regula de la care trebuie să pornim și asupra căreia ne vom întoarce fără încetare: când un părinte încearcă să ascundă un eveniment dureros, care-l frământă – fie că l-a trăit el însuși, fie că și-a imaginat că strămoșii săi l-au trăit – cel mic îl intuiște întotdeauna. Copilul nu caută niciodată să afle ce i se ascunde, când nimeni nu ascunde nimic față de el.

Dar oare mai este important în ziua de azi să îndemni la dezvăluirea secretelor de familie? De la începutul anilor 2000,

a ajuns să fie la modă să vorbești despre ele, în loc să le ții ascunse. Vedete sau necunoscuți, peste tot vezi oameni însuflețiti de dorința de a-și dezvăluia viața, mulți dintre ei visând ca povestea lor să devină un bestseller. Tăcerea care atâtă vreme ascundea secretele de familie pare că a lăsat locul contrariului: o ostentație care frizează exhibiționismul.

Pentru mine, care mă ocup de la începutul anilor '80¹ de secretele de familie și de consecințele lor, această evoluție a lucrurilor are un aspect pozitiv și unul ambiguu. Întrebările pușe de copii primesc deseori răspunsuri greșite, chiar și în prezent. Cum să evităm ca evocarea unui secret să facă mai mult rău decât bine? Cum să protejăm copiii de urmările nefaste ale tăcerii, evitând în același timp să-i sufocăm cu propriile noastre suferințe sau cu cele ale generațiilor precedente? Aceste probleme ne privesc pe toți: secrete de alcov, secrete referitoare la origini, secrete de filiație sau de paternitate, secrete despre moarte, suicid ori boala, sau chiar secrete despre acte criminale – faimoasele „schelete din dulap”. Cum să facem să vorbim despre ele? Ca să aflăm asta, trebuie mai întâi să înțelegem cum funcționează. Pe de altă parte, vom vedea, ceea ce nu e spus prin cuvinte se exprimă întotdeauna altfel – prin gesturi, atitudini, mimică...

Fiuța umană se folosește în cele din urmă de propriul corp pentru a-și construi o reprezentare a ceea ce trăiește și tocmai de aceea corpul reprezintă spațiul privilegiat al punerii în scenă a indicibilului. În plus, cel care are un secret le interzice celor din jur să spună anumite cuvinte care l-ar face să bănuiască existența acestuia. Nu vorbești de funie în casa spânzurătu-

lui, nici despre crimă în casa fiului unui criminal. Odată pronunțate, cuvintele interzise provoacă drame. Un părinte de obicei vesel se întristează, plânge sau se enervează fără vreun motiv aparent, ori părăsește brusc încăperea, lăsându-l înmormînit pe cel care a provocat situația. Nu numai că acesta din urmă are mare grija să nu mai deschidă subiectul vreodată, dar ezită chiar și să încerce să înțeleagă ceea ce se întâmplă, având senzația că ar intra pe un teritoriu interzis. Dacă e un copil, va încerca sentimente de vinovăție, uneori chiar de rușine. Nu va pune întrebări despre ce-a observat, lucruri pe care se presupune că nu le vede, și nici despre ce-și imaginează, lucruri care în mintea lui sunt însărcinătoare. După acest moment, se instalează tăcerea. Unii vor gândi lucruri pe care nu le vor exprima, iar alții vor fi uitat deja totul.

Conflictului pe care-l trăiește prima generație, cel între dorința de a tăinui o veche rană și de a vorbi despre ea pentru a se ușura, i se adaugă un al doilea: cel a copiilor, împărtășit între dorința de a-și înțelege părinții (eventual pentru a le veni în ajutor) și teama de a nu le trezi dureri ascunse.

Câteodată apar simptome stranii. Unele sunt determinate de sentimentul de inseguritate în care s-au cufundat copiii, iar altele au legătură cu ceea ce-și imaginează ei, în încercarea de a se acomoda ceea ce li se ascunde. Aceste simptome nu sunt neapărat punctul de plecare al unei vieți pline de eșecuri. Există numeroase meserii unde e nevoie de capacitatea de a vedea și de a înțelege fără a pune întrebări, foarte potrivite pentru copiii părinților ce poartă secrete. Vom vedea că, din păcate, atunci când prețul secretului nu e plătit de cea de-a doua generație, el devine o datorie pentru cea de-a treia, ceea ce e cu atât mai grav cu cât nimeni nu poate să mai facă legătura cu secretul inițial...

¹ Vezi articolel „La question du père dans Les Aventures de Tintin”, publicat în revista „Confrontations”, numărul 8, anul 1983, apoi numeroasele mele articole și lucrări. (n.a.)

În sfârșit, vom vedea că secretele nu țin exclusiv de viața privată. Unele dintre regulile din viața familială sunt totodată reguli care guvernează viața socială, astfel că secretele ne ajută să înțelegem atât intimitatea celor care le dețin, cât și societatea din care fac parte. Secretele sunt un lucru cât se poate de normal într-o mulțime de instituții, unde servesc, după caz, la protejarea datelor personale sau a celor care-și apără în felul acesta afacerile necurate. Posibilitatea de a păstra un secret este deopotrivă un lucru prețios și extrem de periculos. Nu se pune problema să condamnăm deținerea de secrete și cu atât mai puțin să le interzicem. Problema care se pune este mai degrabă de a ști cui îi servește și ce funcție îndeplinește.

Poate că cititorii se întreabă dacă e vreo diferență între lucrarea de față și cea pe care am publicat-o acum cincisprezece ani pe aceeași temă.² Ea se sprijină, bineînțeles, pe primul meu demers. Din acest punct de vedere, este o continuare. Cei cincisprezece ani de experiență suplimentară mi-au permis să abordez problematica secretelor de familie din unghiuri inedite și să dezvolt noi instrumente pentru a le înțelege mai bine. Cartea mea reprezintă, aşadar, o sinteză a cercetărilor pe care le-am întreprins de-a lungul timpului.

Capitolul 1

CE ESTE UN SECRET?

O femeie m-a rugat la un moment dat să ne întâlnim pentru a-mi vorbi despre o problemă care o măcina. Avea mai mulți copii, însă cel mai mic era conceput nu cu soțul, ci cu amantul. Timp de cincisprezece ani, situația în sine nu i-a pus niciun fel de problemă, însă o schimbare survenită în viața sa matrimonială a transformat brusc această stare a lucrurilor într-un secret dureros. Deși nu trăise niciodată nici cel mai mic sentiment ambivalent, se simțea dintr-odată „ruptă în două”. Ce se întâmplase? Soțul ei o părăsise pentru o altă femeie, iar ea reînnodase legătura cu vechiul amant, devenit văduv. Amândoi se hotărâseră deci să devină un cuplu, iar femeia nu știa pur și simplu cum să le dea vesteas copiilor săi. Să le spună că e împreună cu alt bărbat sau că are o relație cu tatăl fiului ei cel mic? O schimbare survenită în viața personală a transformat un lucru acceptat într-un secret greu de îndurat.

Am putea să generalizăm lecția acestei povești spunând că nu există secrete „obiective”: totul depinde de circumstanțe. Și-atunci, cum să definim un secret?

² S. Tisseron, „Secrets de famille, mode d’emploi”, Paris, Marabout (1996) 1997. (n.a.)

I. Cele trei condiții ale apariției unui secret

Respect pentru oameni și cărți

Marea majoritate a secretelor au legătură cu nașterea și moartea: secretele de filiație și de adoptie, copiii uitați și descoperiți în momentul citirii unui testament, sinuciderile prezентate astfel încât să pară accidente, din motive morale sau financiare, dependență de droguri etc. Cu toate acestea, orice poate deveni un secret, dacă sunt îndeplinite trei condiții.

Înainte de toate, pentru a putea vorbi despre un secret, nu e de ajuns ca un anumit lucru să nu fie spus, pentru că oricum noi nu le spunem niciodată totul celorlalți. Un secret se formează de fiecare dată când ceva este ținut ascuns și când este interzis să afli despre ce ar putea fi vorba, ba chiar și să te gândești că există ceva ascuns. Această definiție exclude deci din sfera secretelor de familie intimitatea dintre părinți, pe care ei, la rândul lor, o ascund copiilor – sau cel puțin aşa sperăm. Asta deoarece, deși copiii ignoră detaliile legate de viața sexuală a părinților lor, nu le este interzis să știe că părinții au o viață sexuală, ba chiar dimpotrivă! Un copil care este conștient că mama și tatăl lui au momente de intimitate are un punct de plecare în formarea propriei lui intimități. Din același motiv, un secret de familie nu are nimic în comun cu un tabu sau cu misterul. Nu e interzis să știi că misterul și tabuul există, ba chiar dimpotrivă, iar granițele lor sunt trasate prin mituri și ritualuri. În plus, nu există nicio ambivalență în ceea ce le privește: nimeni nu le contestă necesitatea, care este înscrisă în ordinea însăși a lumii.

În sfârșit, acestor două elemente ale secretului – nespusul și interdicția de a ști – li se adaugă, în general, un al treilea: secretul de familie are legătură cu un eveniment dureros. Alt-minteri, un copil care observă un lucru despre care nimeni

nu-i spune nimic, dar care i se pare mai degrabă pozitiv, nu va avea motive de neliniște. Paradoxul este că există situații în care evenimentul care-l neliniștește pe copil este de fapt un eveniment fericit, cum ar fi câștigarea unei sume mari de bani la loterie!

Unii câștigători ai „superpremiilor” – cele de câteva zeci de milioane de euro – își ascund câteodată câștigurile de anturajul lor, de familie, ba chiar și de propriii lor copii. Acești fericiți ai soartei preferă să-și schimbe cât mai puțin posibil modul de viață, ca să nu se confrunte cu cererile de ajutor venite din partea apropiaților – și a celor mai puțin apropiatați – sau să se expună riscului ca progeniturile lor să renunțe la muncă ori la școală, convinși că vor putea să trăiască dintr-o rentă. Unii merg la lucru ca și cum nimic nu s-ar fi întâmplat, își iau cel mult o mașină nouă și lumea află de uriașă avere pe care o dețin doar la moartea lor, când se citește testamentul. Dar între timp, copiii lor au avut deseori ocazia să observe schimbările de atitudine ale părinților, în viața de zi cu zi. Fără să cheltuiască „prea mult”, cheltuie dintr-odată altfel, vorbesc despre bogăție în alți termeni sau se referă la propria bătrânețe în mod diferit. O mulțime de semne care intrigă și câteodată tulbură. Unii copii devin brusc secretomani, zgârciți sau cheltuitori peste măsură...

În ceea ce privește secretele de familie, este aşadar mai puțin important evenimentul declanșator decât felul în care este trăit. Am putea chiar să spunem că „secretele bune” sunt acele care ne fac fericiți, iar „secretele rele” – cele care ne fac nefericiti sau ne stânjenesc, chiar dacă din punct de vedere obiectiv ele n-au legătură cu evenimente dramatice.

„Secretele bune” nu ne produc conflicte interioare: nu ne punem problema dacă trebuie sau nu să le împărtăşim cu

ceilalți. Trăim liniștiți cu ele și le păstrăm fiindcă ne fac bine. Pe de altă parte, de fiecare dată când apare un conflict între dorința de a păstra secretul și de a vorbi despre el, acesta are toate şansele să fie nefast. E vorba de acele momente când ne spunem, de exemplu: „Poate că ar trebui să povestesc despre acest lucru; sau poate că nu” sau „Vreau să vorbesc, însă mi-e teamă că le voi face rău celor apropiati sau că voi aduce atingere memoriei cuiva”. De fiecare dată când suntem chinuți de un asemenea conflict, nu ne putem împiedica să nu ne trădăm ezitările prin intermediul intonației, mimicii sau atitudinilor. Copiii noștri pot merge până acolo încât să își imagineze că le ascundem o faptă foarte urâtă și rușinoasă. În plus, un secret nu e neapărat un eveniment pe care cineva se hotărăște să-l ascundă. Poate fi vorba, de asemenea, despre o perioadă din viață pe care încearcă să o uite refuzând să vorbească despre ea. În fiecare caz, rezultatul e că cel mic crește cu impresia că e ținut la distanță de un lucru important și dureros, care are legătură cu persoana lui. Această definiție include numeroase situații în care se păstrează tăcerea despre anumite lucruri, pentru că un copil are supărătoarea tendință de a se crede buricul pământului și de a fi convins că ceea ce i se ascunde are legătură cu el!

II. Problematica transmiterii psihice

Fiecare copil vine pe lume în sânul unei familii prin care are acces la lume și care îl face de multe ori purtătorul preocupațiilor generațiilor precedente. Uneori această atitudine parentală e conștientă, alteori e total inconștientă. Și poate să aibă legătură cu trăiri psihice mai mult sau mai puțin organizate. Ca să ne dăm seama de această particularitate, Evelyn

Granjon a propus să se facă deoseberea între două forme de transmitere: „intergenerațională” și „transgenerațională”¹. Prima este constituită din trăiri psihice parentale elaborate, iar cealaltă – din elemente pe care Evelyn Granjon le numește „brute”. În ambele cazuri, e vorba despre traume elaborate în mod defectuos de către generațiile precedente. Însă pentru alți autori, termenul „intergenerațional” înseamnă schimbările ce pot fi observate între două generații care se află în contact fizic real – începând cu relațiile dintre părinți și copii – în timp ce termenul „transgenerațional” desemnează influența, asupra fiecăruiu dintre noi, a generațiilor cu care nu avem un contact fizic, dar care sunt prezente pentru noi prin felul în care i-au marcat pe cei care ne sunt apropiati². În timp ce primul tip de relații poate fi supus observației – și a fost studiat destul de mult în ultimii ani – al doilea tip de relații ține de domeniul explicațiilor ipotetice.

De îndată ce abordăm dinamica secretelor de familie, întrebarea care se pune e dacă termenul „transmitere” este potrivit. La modul general, trebuie să admitem înainte de toate că orice transmitere la nivelul familiei implică o parte de adaptare și, prin urmare, de transformare. În primul rând, urmării au în totdeauna libertatea să aleagă ce vor dintr-o moștenire: se poate întâmpla să refuze anumite valori pe care părinții lor le-au considerat superioare. În al doilea rând, părinții descoperă căteodată că au transmis fără să-și dea seama lucruri pe care ar preferat să le păstreze secrete: de exemplu, frica de ceilalți, tendința de a te enerva fără motiv sau o anumită înclinație către alcoolism.

¹ E. Granjon, „Transmission psychique et transferts en thérapie familiale psychanalytique”, Gruppo 5, 1989, p. 47-58. (n.a.)

² N. Abraham și M. Torok, „L’École et le Noyau”, Paris, Flammarion, 1978. (n.a.)

Însă, în procesul transmiterii, secretele au un statut aparte. Regula e transformarea, în timp ce reproducerea este excepția. Este ceea ce ne arată povestea următoare.

O femeie a venit să mă vadă pentru că îi fusese întotdeauna teamă că dacă va rămâne însărcinată, va muri în momentul în care va da naștere bebelușului. Într-o zi și-a amintit, fără să încerce vreo emoție mai deosebită, o poveste pe care tatăl ei i-o spunea deseori seara înainte de culcare, despre „un cățel care a înghițit o umbrelă”: „Într-o zi, un cățeluș a găsit o umbrelă și, tot jucându-se aşa cu ea, a înghițit-o. Din păcate, un pic mai târziu a început să plouă. Picături mari de ploaie cădeau pe bietul cățeluș. Umbrela a început să se deschidă încrețitor și până la urmă bietul cățel a murit”. De obicei, în acest moment, tatăl adăuga „săracul cățeluș” și începea să plângă... Atunci, fetița începea și ea să plângă. Apoi, tatăl ei o lăsa să doarmă și să viseze frumos... sau să aibă coșmaruri teribile, nu știm exact. La adolescență, această persoană a descoperit un eveniment care până atunci îi fusese ascuns: bunica sa paternă murise aducându-și pe lume copilul, respectiv tatăl fetiței. Cum se întâmplă de multe ori atunci când există un secret în familie, povestea cu cățelușul era de fapt o fabulă ce-i permitea tatălui să comemoreze în secret drama venirii sale pe lume și vinovăția cauzată de moartea mamei sale. Oare a omorât-o el când a venit pe lume sau, mai rău, fiindcă a crescut în pântecul ei, la fel cum s-a desfăcut umbrela înghițită de cățelușul din fabulă? Această poveste nu pune în evidență doar felul în care o traumă insuficient elaborată la nivelul unei generații are ecou asupra următoarei generații. Ea arată totodată cât este de nepotrivit și de plin de confuzie cuvântul „transmitere”, utilizat uneori pentru a desemna genul acesta de situații. Ce se transmite, de fapt, în această poveste? Nimic concret. Tatăl se simte vinovat, iar fiica sa nu i-a moștenit sentimentul de

vinovăție. În schimb, dezvoltă o fobie și hotărăște să nu aibă copii, deși tatăl ei a avut mai mulți urmași fără niciun fel de problemă.

Însă dacă renunțăm la modelul transmiterii și luăm în considerare încercarea fiecărei ființe umane de a-și forma reprezentări despre lumea înconjurătoare, atunci totul devine evident. Când tatăl îi spunea fiicei sale povestea cu cățelușul, pentru el era în primul rând un mijloc de a-și aminti moartea propriei mame și de a-și manifesta tristețea și vinovăția. Probabil că în același timp era un mijloc de a se convinge că nu putea fi făcut responsabil de moartea mamei sale: rostul unui bebeluș este să crească, tot aşa cum rostul unei umbrele este să se deschidă atunci când plouă...

Acest exemplu arată, totodată, că pentru a înțelege simbolizarea, nu trebuie să o reducem la actele verbale. Există acte simbolice care se constituie la nivelul gesturilor, atitudinilor sau al mimicii, și în egală măsură la nivelul imaginilor povestite, construite sau imaginate. Să dai o palmă cuiva sau să oferi o îmbrățișare e un act simbolic, la fel cum e plânsul sau râsul.

Tatăl care îi spunea în fiecare seară fiicei sale povestea „cățelușului care a înghițit o umbrelă și a murit” își construise o imagine-simbol emoționantă a ceea ce trăise, însă aceasta reprezenta în același timp un inductor nemaipomenit de imagini și emoții. Si aici era problema. Fetița nu avea nicio explicație a acestei povești. Pentru ea, lacrimile tatălui erau ceva de neînțeles. Din dorința de a se lămuri, a fabricat în cele din urmă ideea că, dacă va avea un copil, atunci va muri. Tatăl prezenta un simptom, fiica lui un altul. Secretul „ricoșează” între generații la fel ca o pietrică lansată paralel cu suprafața apei, care sare desenând de fiecare dată figuri diferite și apoi dispără după ce lovește de câteva ori apa. Există, în general, două sau

trei „cercuri” diferite produse de un secret – și tot atâtea generații atinse de ricoșeurile secretului.

III. Trei greșeli care se fac de obicei în privința secretelor

Acum, putem să înțelegem mai bine care sunt greșelile cele mai frecvente care se fac în privința secretelor.

Prima greșală este de a crede că un copil căruia i se ascunde ceva ar putea ghici despre ce e vorba. E adevărat, de cele mai multe ori copilul intuiște existența unui secret, însă nu este adevărat că poate ghici conținutul acestuia. Uneori e mai aproape, alteori se îndepărtează, dar nu va ști niciodată precis dacă este sau nu adevărat ce-și închipuie. În majoritatea cazurilor îl tulbură tocmai poveștile pe care și le imaginează el însuși.

Cea de-a doua greșală pe care o facem e să credem că enunțarea adevărului va înlătura toate problemele legate de secrete. Să ne amintim că în exemplul cu Tânăra femeie îngrozită de ideea de a rămâne însărcinată, ea aflase totuși la vîrsta de paisprezece ani ceea ce i se întâmplase tatălui ei, însă acest lucru nu i-a înlăturat simptomele. Vom vedea cât de important este să nu ne lăsăm „hipnotizați” de secretele pe care le descoperim sau doar le bănuim.

Acest lucru e valabil atât pentru membrii unei familii, cât și pentru terapeuti! Noi, terapeutii, trebuie să ne luptăm în fiecare zi cu noi însine astfel încât să nu mai credem că e suficient să scoatem la lumină un secret patogen pentru ca simptomele să dispară. În realitate, e mult mai complicat. Dar asta nu înseamnă că nu trebuie să facem eforturi, în cadrul terapiei,

pentru a scoate la lumină secretul, doar că trebuie să-i ajutăm pe membrii familiei să facă față schimbărilor psihice pe care le antrenează inevitabil dezvăluirea secretului.

În sfârșit, cea de-a treia greșală ar fi să credem că secretele de familie corespund unor acte condamnabile de care strămoșii noștri s-ar fi făcut vinovați. Realitatea e căt se poate de diferită: majoritatea secretelor sunt legate de traume insuficient elaborate.

Dar ce semnifică acest termen un picenigmatic – „elaborat”? E ceea ce Jean Piaget, care s-a inspirat din teoria evoluției, numea „asimilare” și „acomodare”³. Fiecare ființă asimilează din mediul înconjurător resursele necesare construcției și funcțiilor organismului său. La mamifere, acest proces nu privește doar resursele materiale, ci și multiplele informații furnizate de organele de simț. Acest proces de asimilare e însoțit inevitabil de un dezechilibru temporar: nouitatea destabilizează. Asimilarea e urmată de un proces de acomodare: ni se modifică organele, dar, de asemenea, și caracteristicile psihice. Problema e că nu suntem de fiecare dată pregătiți să acceptăm să ne modificăm credințele și cunoștințele în urma unei noi experiențe. Experiențele noastre anterioare, împreună cu viziunea particulară asupra lumii care rezultă din ele, reprezintă principalul obstacol. Si de aceea e atât de greu să vorbești despre un eveniment ținut ascuns multă vreme. Fiecare se teme de travaliul psihic pe care trebuie să-l facă pentru a integra această informație la nivelul reprezentării pe care și-a construit-o despre lume, despre apropiații săi și uneori despre el însuși.

³ J. Piaget, „La naissance de l'intelligence chez l'enfant”, Neuchatel, Delachaux și Niestlé, (1936) 1977, p.12. (n.a.)

IV. Introiecție și asimilare psihică

O condiție necesară asimilării unei experiențe este, la ființa umană, conceperea unui reprezentare psihice. Poate fi vorba despre un eveniment ieșit din comun care ne obligă să ne modificăm credințele sau modul de viață, dar și de o serie de experiențe noi, cum ar fi cele legate de adolescentă, de menopauză sau de bătrânețe. Acest proces a fost numit „introiecție”⁴. Autorii anglo-saxoni vorbesc despre *mentalisation*⁵. Însă semnificația e aproximativ aceeași. Psihicul funcționează precum tubul digestiv. Pentru a fi asimilate, alimentele pe care le ingerăm trebuie să fie descompuse, astfel încât elementele care le alcătuiesc să intre în sintezele proprii organismului. Doar în aceste condiții pot ele să participe la dezvoltarea noastră. În același fel, experiențele noi de care avem parte în interacțiunea cu lumea trebuie să fie transformate în reprezentări cu care mintea să poată să lucreze. În final, ele vor contribui la dezvoltarea noastră psihică și vor forma suportul unei evoluții ulterioare.

Acest demers nu e neapărat conștient, nici voluntar, ceea ce reprezintă un alt punct comun cu sistemul digestiv. Pe de altă parte, el necesită întotdeauna intervenția unui interlocutor privilegiat care ne validează experiențele, recunoscând în același timp că experiența ne aparține. Să-i vorbești altcuiva reprezentă o etapă indispensabilă a elaborării psihice.

Din păcate, anumite experiențe sunt dificil de simbolizat, fie pentru că sunt mult prea brutale sau neașteptate, fie pentru că nimici nu acceptă să i se vorbească despre ele. Persoana

⁴ N. Abraham și M. Torok, (1963) „Le «crime» de l'introjection”, în „L'École et le Noyau”, op. cit., p. 123-131. (n.a.)

⁵ P. Fonagy, A. Bateman, *Psychothérapie pour trouble de personnalité limite: un traitement à base de mentalisation*, New York, Oxford University Press, 2004

care se găsește în una sau alta din aceste situații e copleșită de senzații, emoții, stări fiziologice și fantasme pe care nu le poate gestiona altfel decât închizându-le într-un fel de „dulap” psihic – sau o vacuolă – așteptând ocazia de a le integra psihic prin intermediul unor reprezentări⁶.

Riscul e ca persoana ce poartă o astfel de vacuolă să-și retrăiască în mod episodic trecutul traumatic ca și cum acesta își impune în prezent, fără a păstra nicio distanță față de el. Dacă acest eveniment ne-a făcut să ne simțim triste pe moment, ne va face să ne simțim triste în același fel de fiecare dată când ne gândim la el. Iar dacă ne-a făcut să ne simțim furioși, putem uneori să fim cuprinși de crize de furie, fără să înțelegem de ce. și nu e vorba despre nimic altceva decât de emoții! Senzațiile, stările fiziologice și cuvintele pronunțate sau auzite în situația traumatică inaugurală pot uneori să ne marcheze într-un asemenea fel încât prezentul și trecutul sunt total amestecate. Nu este vorba doar despre o simplă repetiție, fiindcă retrăind în acest fel evenimentul traumatic, victimă caută să-l modifice pentru a-l putea stăpâni și pentru a-și construi reprezentări personale asupra acestuia. Problema e că, dacă este vorba despre un copil, acesta nu are un ghid de întrebuițare a bizarrelor. Prin urmare, există riscul ca el să inventeze povesti ciudate, precum fetița din exemplul precedent...

V. Secrete, infiltrări și ricoșeuri

Să ne întoarcem la ceea ce spuneam despre motivele pentru care o persoană păstrează tăcerea asupra unui eveniment

⁶ Acest proces e numit „inclusiune psihică” de către Nicolas Abraham și „încorporare”, în lucrările târzii ale parteneriei lui, Maria Torok. Nicolas Abraham utilizează de fapt termenul „încorporare” pentru a indica fantasma prin care se manifestă fragmente din situația traumatică, atunci când clivajul Eului este destabilizat. (n.a.)