

Retour



À Dire PÔLE ÉCRITURE

24 juin 2023

Accompagner les "emprisé·e·s"

Julie téléphone (voix fluette, débit rapide) et veut un rendez-vous en urgence. Poussée par sa fille Annie de 19 ans, elle vient de quitter son mari violent et se sent perdue. Je me sens saisie par le ton de sa voix, la rapidité d'élocution, le souffle coupé. Trois jours plus tard, je les reçois toutes les deux.

Annie parle la première : elle est en première année de droit à l'université ; grâce à ses études, elle s'est rendu compte de la violence intrafamiliale dans laquelle elle vit avec sa mère et des supplices que son père leur inflige. Julie est tombée sur des vidéos montrant des relations sexuelles entre son mari et une jeune femme. C'est, enfin, ce qui l'a décidée à partir.

Pendant tout le récit de sa fille, Julie regarde Annie avec insistance. Jolie, habillée et coiffée de façon classique, polie, attentive à sa fille, elle semble perdue.

Annie continue : elle décrit son père comme un homme violent psychologiquement. Il n'a de cesse de les humilier depuis plusieurs années, depuis qu'il a perdu son poste dans cette compagnie aérienne qui a fait faillite. Il s'est investi à fond dans la création de son entreprise, est devenu aigri, exigeant, arrogant, ne supportant pas que l'on ait un avis différent du sien. Il a demandé à Julie de quitter son boulot pour travailler avec lui.

Julie baisse les yeux et me dit « c'est vrai, ce n'est plus le même homme ».

Avant, il pouvait être convivial, rieur, ils invitaient souvent des personnes à la maison, il savait animer la soirée et était fort apprécié. Il avait plein de projets pour eux et lui promettait une vie agréable.

Ces dernières années, il est devenu méchant, insultant, il les « taquine » avec des propos déplacés, il « sait tout » mieux que tout le monde, il décide de tout, pour les

vacances, les achats de la maison, la gestion économique de la famille.

Tout l'entretien se poursuit où les deux femmes ne parlent que de lui.

Je me sens à la fois très touchée par la détresse de ces deux femmes et en même temps, un malaise m'habite : pourquoi sont-elles restées si longtemps avant de

demander de l'aide ? Comment ont-elles fait pour supporter toute cette violence psychologique ?

Nous décidons ensemble que je verrai Julie seule pour la suite des autres entretiens car Annie a de l'aide à l'université.

Seule, à nouveau, Julie ne parle que de son mari. Elle explique la vie difficile qu'il a eue, son enfance malheureuse, tout ce qu'il a fait pour elle et sa fille.

Cela m'agace un peu, me dérange ; toutes mes tentatives pour la ramener à elle, ce qu'elle pense, ressent ou désire, sont défléchies, évitées, déviées, sans même qu'elle ne s'en rende compte. Voyant combien elle a besoin d'être reconnue comme victime, je l'écoute patiemment.

Au fil des séances, mon énervement intérieur augmente. Je lui fais part de ma difficulté à la rencontrer vraiment. J'aurais envie de lui expliquer la violence conjugale, de lui prodiguer des conseils, ... je sens que je risquerais bien de m'activer ! Je sais par ailleurs que Julie a intégré le programme d'information pour femmes battues et un groupe de paroles au sein d'une association spécialisée.

Petit à petit, je l'invite à respirer, à sentir ses pieds dans le sol, à s'ancrer dans l'ici et maintenant ; la figure de son mari tend à s'estomper pour accueillir du silence, du vide. Je lui demande ce qu'elle aime dans la vie, ce qu'elle apprécie dans son quotidien nouveau, sans lui, et elle a beaucoup de mal à me le dire : elle ne sait plus, ce qu'elle aime vraiment comme couleur, comme plat, comme musique ...

Je ressens une grande tristesse et je lui en fais part. Julie est touchée et découvre que j'ai vraiment envie de la rencontrer, elle ; quelque chose change dans l'entretien. Elle respire autrement, elle me regarde davantage, elle exprime de profondes émotions de tristesse et de colère, parfois de peur aussi.

Nous parcourons ensemble les petites expériences qu'elle se permet en dehors de nos séances : une balade dans les bois avec un groupe de rando, un repas avec une amie retrouvée récemment, son exploration musicale sur Spotify

Ma difficulté : lui proposer d'expérimenter de nouvelles choses sans l'influencer. Je ressens, par les silences qui la mettent mal à l'aise et le vide qui fait figure face à mes questions sur elle, combien Julie pourrait rapidement me donner un rôle, une place trop importante dans ses choix. Alors, le cycle de l'influence ou de l'emprise pourrait se répéter !

Nous évoquons cette capacité d'être seule, si nécessaire à l'émergence de Soi. Sortir de la confluence, dans le contact avec moi, sans se sentir abandonnée, ni incapable, incompétente, et s'offrir l'expérience de se découvrir enfin est un travail psychique laborieux pour Julie.

De mon côté, je ressens spontanément en moi l'élan de lui apporter la reconnaissance fondamentale qu'elle n'a pas reçue dans son enfance, sans l'influencer trop ou de manière non éthique, sans risquer de poser sur elle une autre forme d'emprise... un travail de dentelle, d'équilibriste entre donner, soutenir, et retenir, accompagner, libérer.

Ce point de vigilance restera essentiel tout au long de notre parcours ensemble.

Elle a tellement eu l'habitude que l'environnement décide pour elle !

À l'écoute de ses mots, de ses expressions émotionnelles, du langage du corps, je vois émerger cette femme, pleine de hautes valeurs morales, de désirs ; de nouveaux projets de vie personnels lui apparaissent.

Le champ organisme/environnement :

Un individu n'existe jamais sans un environnement.

Selon Jean-Marie Robine (1) « l'expérience psychologique n'est localisée ni à l'intérieur de la personne en tant que combinaison de pulsions et de représentations mentales d'un monde extérieur, ni dans les interactions entre un self subjectif et un monde objectif, mais dans les rencontres actives entre la personne et un monde dans lequel elle est déjà enchâssée, c'est-à-dire dans des rencontres dans lesquelles chacun donne forme à l'autre et dont aucun ne peut être séparé de l'autre sans appauvrissement profond de l'expérience et sans perte de sens."

De cette constatation découle l'idée que toute personne a besoin de façon vitale de reconnaissance pour développer son identité propre.

« La reconnaissance est un processus relationnel réciproque, avec un autrui significatif, qui permet au sujet de construire et d'entretenir le sens à donner à ses émotions, intentions et actions. »(2).

C'est un besoin fondamental, supposant une certaine réciprocité, de la souplesse dans les allers-retours entre soi et l'environnement.

Dans le cadre d'une relation psychothérapeutique, ce besoin se manifeste par un climat de bienveillance, de non-jugement, le respect de l'autonomie des deux parties, l'accordage et le désaccordage, l'ajustement conservateur ou créateur qui permet à chacun d'être soi et en contact avec l'autre.

De la reconnaissance à l'influence :

Comment apporter de la reconnaissance sans basculer dans l'influence ou même dans l'emprise sur l'autre, surtout avec des personnes habituées à laisser s'opérer un tel envahissement par l'environnement, des personnes ayant expérimenté, dans leur enfance et la suite de leurs relations affectives, de l'emprise ou une forte influence, dans un climat de violence et de terreur ?

Dans le langage courant, le terme « influence » renvoie à trois choses :

- Une « action, généralement continue, qu'exerce quelque chose sur quelque chose ou sur quelqu'un » ;
- En deuxième position, le dictionnaire Larousse évoque « un ascendant de quelqu'un sur quelqu'un d'autre » ;
- Et finalement, « le pouvoir social et politique de quelqu'un, d'un groupe, qui leur permet d'agir sur le cours des événements, des décisions prises, etc. »

Si l'on se réfère à cette définition, une influence existe dans le cadre d'une relation psychothérapeutique puisqu'il s'agit d'une relation asymétrique. Le client vient consulter un thérapeute en qui il met un espoir, qu'il investit affectivement et pour ses compétences. Comment faire pour que cette influence inévitable reste pleinement éthique ?

Un des piliers sur lequel je m'appuie est de veiller constamment à augmenter mon niveau de conscience de ce qui se passe dans le champ, au sein même de la relation :

- De cette place de thérapeute, suis-je en train de proposer, d'inviter, de stimuler la

capacité de penser et de ressentir par elle-même de ma cliente ?

- Ai-je pleinement conscience de l'altérité de ma cliente ?

- Est-ce que j'accepte vraiment les divergences de point de vue, les confrontations, les désaccords ?

- Ai-je une suffisamment bonne estime de moi pour que celle-ci ne dépende pas du vécu de ma cliente ?

- Les échanges se vivent-ils dans un climat serein sans risque et sans menace ?

À partir d'un besoin légitime de reconnaissance pour se construire, il est facile de glisser dans un tout autre rapport à l'autre, que l'on pourrait situer sur un continuum allant de la reconnaissance à l'influence, puis à l'emprise.

Quand parle-t-on d'emprise ?

Étymologiquement, « emprise » vient de « prendre », « pris, prise ».

Davantage qu'un procédé de domination sur autrui, l'emprise est un processus par lequel une personne occupe le « territoire de la pensée et du ressenti » d'un autre.

Dans les situations de violence conjugale et familiale, il est fréquent d'être confronté dans le récit de nos patients aux manifestations de tels phénomènes d'emprise. On y observera bien souvent du côté du dominant, du « formatage », « une seule bonne façon de penser et voir les choses », un ascendant psychologique et/ou physique, du chantage, des comportements conscients ou inconscients de manipulation ; et du côté du dominé, de la dépendance affective, du mutisme, le sentiment de ne pas exister, de ne pas être important et une grande impuissance. Tout cela dans un climat de violence et de terreur.

Comment en arrive-t-on là ?

1/ L'« emprisé(e) »⁽³⁾ est souvent quelqu'un qui n'a pas su installer un narcissisme primaire suffisant. Cette personne manque d'estime et de confiance en elle, souffre de carences affectives précoces importantes, dont elle n'a pas nécessairement conscience. Pour supporter ces manques, elle s'est souvent tournée vers les autres, en se sur-adaptant, dans l'espoir d'obtenir l'affection et la reconnaissance qui lui ont tant manqué. Elle s'est réfugiée dans un monde idéalisé, avec naïveté, empêchée, nar

manque de soutien, de grandir complètement : femme-enfant, homme soumis, déficients intellectuels ou au contraire, personnes à haut potentiel incomprises, aux capacités relationnelles limitées, personnalités dépendantes, histrioniques, ou borderline versant névrotique. Certaines ont un idéal aux valeurs morales très élevées. Au contraire, celui ou celle que j'appellerai « l'empriseur(e) », a développé un narcissisme excessif. Il-elle déploie un jeu de séduction envers la victime. Il/elle lui apportera un grand nombre de signes de reconnaissance, en la considérant comme quelqu'un de merveilleux, de parfait. Fascinée, celle-ci va rapidement mettre l'autre sur un piédestal, l'idolâtrer. En réalité, la proie est immolée sur l'autel de la satisfaction de son bourreau. Elle devient incapable de prendre du recul, phagocytée, englobée dans le narcissisme exacerbé de l'autre et en même temps, constamment déstabilisée.

2/ Emprisé(e) et Empriseur(e) entrent dans une alternance entre phases de séduction et de violence : chantage affectif, violence psychologique, voire physique, emploi de la force, menaces. La proie n'obtient jamais aucune explication et en ressort toujours avec un grand sentiment de culpabilité. Elle passe à nouveau de périodes de fascination à des périodes de culpabilité bien souvent toxique, inadéquate, induite par son agresseur.

3/ Dans les échanges entre eux, on observe l'usage d'une rhétorique particulière qui favorise l'interdit de penser : des règles de communication singulières facilitent la mise sous cloche de l'autre en paralysant ses défenses. Tout est interprété et retourné contre la victime qui ne comprend plus rien à ce qui lui arrive et bascule dans la confusion. La personne est alors comme « décervelée ».

4/ Attiré(e) par une illusion de symbiose parfaite, mobilisé(e) par ses carences affectives, le sujet finit consciemment ou inconsciemment par s'isoler. Cet isolement facilite l'emprise.

Dans les situations d'emprise, les personnes vivent en vase clos.

La pratique de « diviser pour mieux régner » est l'outil majeur de l'agresseur. Quand la victime est isolée, l'emprise de l'assaillant devient de plus en plus ample. Il fige l'autre dans une relation de dépendance, au moins psychologique, mais souvent aussi financière. relationnelle. matérielle. dont il devient très difficile de sortir.

.....,,,
Quoi qu'elle fasse, la personne sous emprise se sentira de plus en plus coupable. Elle perd le peu d'estime qu'elle aurait pu avoir d'elle-même. Et si, à certains moments, elle a des sursauts de colère, la tentation de se faire justice par soi-même est la pire chose : au lieu de rétablir la vérité, elle transforme une authentique victime d'emprise en coupable.

Il n'est pas anodin d'être confronté à de telles formes d'emprise surtout quand un ou plusieurs êtres chers sont directement impliqués.

Conclusion :

Chaque être humain a une identité singulière qu'il mérite de pouvoir déployer. Et pourtant, nous voyons dans nos consultations combien il est difficile d'atteindre cette liberté individuelle fondamentale, qui permette réellement d' « être soi ».

La clinique de la violence conjugale et intrafamiliale nous met à l'épreuve en tant que thérapeute à la frontière contact avec ces clients et dans nos propres processus internes d'estime de soi, de non-jugement, d'attention constante.

Comment ne pas se laisser happer par la détresse de ces client(e)s tout en gardant une qualité de présence ancrée et solide ?

Ils n'ont parfois connu qu'un type de modalité relationnelle et sont susceptibles d'induire des processus où ils donnent facilement le pouvoir à l'autre, évitant inconsciemment et involontairement de se confronter véritablement à la construction de leur axe central.

Sans basculer dans l'influence ou l'emprise à notre tour, leur offrir une saine reconnaissance sur laquelle ils pourront s'appuyer pour se reconstruire est un exercice d'équilibriste.

Mais quelle joie d'accompagner ces mouvements progressifs où l'on voit s'éveiller en l'autre sa propre capacité de penser, de ressentir et d'agir, de créer à chaque instant les facettes de sa véritable identité !

Sophie Debauche

Psychologue clinicienne, psychothérapeute humaniste, formatrice et superviseure.

<http://www.centre-therapeutique-lutte.be>

(1) J-M Robine, « S'apparaître à l'occasion d'un autre : études pour la psychothérapie », 2004, éditions l'Exprimerie.

(2) B. Evrard, J-P Quazza, « Les métamorphoses de la reconnaissance, 1. La reconnaissance dans la construction du sujet », AAT 2018/3 N°163, IFAT, www.cairn-info.

(3) *Quand on parle d'emprise, on lit souvent dans la littérature les mots « victime », « proie », « cible », « manipulateur », « bourreau », « pervers narcissique », des mots qui ne correspondent pas tout à fait à ce que je voudrais dire. Permettez-moi d'inventer d'autres mots comme ceux d' « emprisé » et d' « empriseur » dans l'idée des polarités plutôt passive ou plutôt active, plutôt masochiste ou plutôt sadique, l'extrême de positions symbiotiques qui facilitent l'installation de ce type de relations.*

BIBLIOGRAPHIE :

Dictionnaire Larousse : www.larousse.fr

Delbrouck M. « Psychopathologie, Manuel à l'usage du médecin et du psychothérapeute », éditions De Boeck, Belgique, 2019

Evrard B., Quazza JP, « Les métamorphoses de la reconnaissance, 1. La reconnaissance dans la construction du sujet », AAT 2018/3 N°163, IFAT, www.cairn-info.

Guelfi JD.et coll. « Psychiatrie, Paris, PUF, 2004.

Ginger S., « L'art du contact », éditions Marabout, 1996.

Masquelier C et G (sous la direction de), « Le grand livre de la Gestalt », éditions Eyrolles, 2019.

Racamier PC, « Les perversions narcissiques », éditions Payot, 2012.

Robine JM, « S'apparaître à l'occasion d'un autre : études pour la psychothérapie », éditions l'Exprimerie, 2004.

Retour au début de l'article

[Retour au sommaire](#)

Découvrez davantage d'articles sur ces thèmes :

À Dire 03

à dire 04

À Dire 5

