

La trahison, la honte et la culpabilité.

(Avril 2009)

Atelier animé par une chercheure (intervenante) : La trahison, la honte et la culpabilité. Avril 2009. Tous les noms/lieux/dates sont modifiés conformément au respect des textes en vigueur sur la protection des données personnelles dans le cadre de recherches universitaires.

1er thème : La trahison

M : Comment ce sentiment s'exprime par rapport à l'enfance ? Je pense à mon enfance, pendant la période des événements, je ne sais pas ce que ça veut dire. J'aurai plus à dire pour la honte. La trahison, c'est resté étranger à moi.

Intervenante : Vous avez dit : vous l'avez sentie plus tard ?

M : je n'ai pas l'impression que l'abuseur m'ait trahie, c'est les autres qui m'ont trahie

Intervenante: C'est qui les autres ?

M: Mes parents... je ne les vois pas, ma sœur... mon abuseur c'était le mari de ma sœur, je ne sais pas, tout le monde m'a trahie, je n'ai pas de choses bien précises... en tête.

N : La trahison, c'est un mot qui ne me fait pas réagir, comme j'ai été pas mal abusé par mes deux parents... je devrais me sentir trahi par mes deux parents qui m'ont abusé. Pour l'instant je n'ai pas ingurgité cette trahison ... qu'on m'ait trahi

Intervenante : ne pas avoir des parents normaux ? Est-ce une trahison ?

N: je ne pense que j'aurais eu des parents normaux ... tout en étant normaux, en dehors de quelques viols ... la trahison, non pas trop ... rien à dire.

J : J'ai beaucoup ressenti quand je suis sortie du déni, il y a 3 ou 4 ans... même après avoir ouvert les yeux, je ne voulais pas voir à quel point, c'était horrible... en faisant ma psychothérapie qui m'a ouvert les yeux, j'étais sincère par rapport à elle, ma mère, mais elle, c'était de la manipulation, de la méchanceté, il n'y avait rien de sain. Avant même que je naisse, elle avait imaginé son enfant et son rapport avec... comment elle allait utiliser son enfant, elle était très calculatrice... quelqu'un qui brille devant les gens. En plus de ça, le fait de mentir devant les gens, d'être quelqu'un de tellement bien, et d'être aussi moche, en fin de compte, à l'intérieur ! Pour moi, c'est quelqu'un de folle, elle est dans des trucs d'inceste, elle a une pathologie ; la trahison, elle sait qu'elle fait et elle le cache ... elle a conscience que ce n'est pas bien, si les autres la voient, ils ne vont pas me laisser avec elle. J'ai toujours cherché des excuses et j'ai toujours pensé que c'était de ma faute ! C'est terrible de faire une description si négative de sa propre mère ... c'est une réalité. Elle savait ce qu'elle faisait !

Intervenante : qui vous aurait trahie ?

J: mon père, ma mère, mes deux parents, j'étais plus proche de mon père, elle m'a mis dans la tête qu'elle était parfaite. Mon père était d'avantage... il reconnaissait ses torts, même si c'est un gros porc... il reconnaissait, du coup je suis un peu moins en colère, la famille, les voisins toutes les personnes qui ont pu voir et n'ont rien fait même si c'est ... ceux qui savaient, laissaient faire, même à l'école.

Y : Je considère qu'il y a eu trahison des deux parents, j'étais aimante de mes parents. Mon père m'a abusée. Petite, je ne me suis pas sentie trahie, il faut savoir que quelque chose de mal se faisait... mon père se cachait, ce n'était pas de la trahison, c'était du secret ... c'était la honte, trahison, une sorte de pacte, attirance pour moi, pédophiles... il a trahi son devoir de père, ça reste intellectuel comme sensation... j'ai l'impression de m'être fait avoir, grugée par la vie. Globalement ! Quand je vois les autres familles, il y a des autres qui sont mieux, je ne suis pas tombée dans une bonne famille ; trahir ma famille d'abord, j'ai protégé le secret de l'inceste, j'étais très attentionnée à ce que rien ne sorte, on ne raconte pas d'histoire personnelle ; j'avais toujours peur d'être traître ? J'ai une tendance à l'adultère, les hommes qui étaient avec moi se sont sentis trahis... le fait d'être en train de trahir... je ne me suis jamais sentie autant exaltée quand j'avais deux relations en même temps, comme si j'avais pris la place dominante de mon père.

Intervenante : celui qui trahit, c'est celui qui parle ?

Y: Oui, mon oncle, ma tante, j'ai senti... je serais une traîtresse, j'ai bien sentie, elle considère que je n'aurais pas dû en parler à mon mari. Mon mari les a envoyés promener ... à ma mère. Mon frère était témoin, l'idée que mon mari a dit à mon père ... « faire vos cochonneries en famille », j'étais une traîtresse qui a dit à son mari ... mon premier mari a dit à ma mère d'aller faire soigner son mari, quand je parlais à l'extérieur j'étais une traîtresse.

J : Je me sens proche de ce qui a été dit, les membres de ma famille, je ne pense pas qu'il y ait eu trahison... Une des premières fois où j'ai eu un comportement ambigu avec ma mère. Ma mère sortait de la douche et je lui faisais des bisous sur le bas ventre ... comme papy, j'ai senti que c'était un sujet épineux, je me suis dit qu' elle m'avait ... on est retourné chez mes grands-parents, elle a dit à mon grand-père, Jacqueline me dit tout, elle a pensé que cela ferait comprendre au grand-père... ; je me suis dit que mon grand-père... je me suis sentie ... il avait insisté que c'était un secret entre nous, c'est la preuve que j'avais trahi le secret ... dans le secret, je pensais que c'était un privilège ; c'était la question est-ce que c'était quelque chose d'aussi bien ... j'avais pas été jusqu'au bout de la déclaration, révélation à demi-mots par rapport à ma famille, mon père, mon frère, je les ai trahis ; j'ai joué un jeu, beaucoup de comédie, de faux-semblants, c'était les trahir, par rapport à tous ces sourires, je passais pour une enfant équilibrée, je n'étais pas du tout heureuse, à l'époque c'était pour moi une trahison !

M : J'ai l'impression que c'était moi qui trahissais, jusqu'à 13 ans... divorce ... très petit, mon père disait que je ressemblais à ma mère, je me disais que je volais son mari à ma mère. J'ai deux sœurs et un frère plus âgés qui avaient un discours virulent, révoltés contre mon père. J'aimais beaucoup mon papa, moi, je ne disais pas que je n'aimais pas mon papa, j'étais contente, mais si j'avais si peur, j'avais l'impression que c'était vers ma mère que je me sentais mal ; ma mère n'a jamais ouvert les yeux ; quand ça va pas dans ma vie, moi aussi ...

quand ça va pas j'ai tendance à trahir, parce que moi, je ne me sens pas bien : sentiment de contrôle sur les choses

J : Pour moi, la trahison, mon entourage familial, ma grand -mère parfaite à l'extérieur, pédophile, elle a mis la confusion dans la tête ; c'est moi qui suis mauvais, si je vais voir mes parents et leur parle : ma mémoire me trahit et je suis encore dans l'amnésie, je n'arrive pas à ce que les faits s'intègrent.

Intervenante : pour vous souvenir de quoi ?

J : par rapport à ma mère, à mon père, ma mémoire n'est pas là, mais si ! J'ai des preuves physiques...

Intervenante : sentiment de trahison vis-à-vis de ?

V : Trahison... confiance ? Là aujourd'hui, je suis incapable d'avoir confiance envers qui que ce soit ; la trahison est apparue récemment et non pas au moment des faits, une blessure qui se ravive tout le temps. Ça me fait penser à la manipulation, je m'en veux aussi d'avoir menti en faisant passer mes parents pour des bons parents.

Intervenante : vous vérifiez quoi ?

V : si quelqu'un... je pars du principe que c'est faux

Intervenante: Pourquoi ?

V : je pensais que les seules personnes qui ne me trahiraient pas seraient mes enfants.

J : qu'est-ce que pourrait faire une personne qu'on appellerait une trahison ?

V : ce sont des petites choses qui s'amplifient ; quelqu'un me contredit, c'est une trahison, les mots qu'on me donne...

Intervenante : dans un échange affectif ? Un avis politique ?

V : pour tout ... mais plutôt dans l'affectif

Y : la mémoire qui trahit, la trahison j'ai du mal, je suis plutôt dans faire confiance en même temps, je suis dans une crédulité incroyable, je ne comprends pas pourquoi, les gens diraient ... Je ne vois pas pourquoi quelqu'un raconterait « des histoires » ; je tombe des nues. La seule logique que je voyais à ça, mon père me racontait n'importe quoi ... tout le côté agressif de la sexualité je ne le connaîtrais pas ; après ce que m'a fait mon père, les gens ne peuvent pas me faire de mal, quelqu'un me quitte après m'avoir dit : « je t'aime... » Puisque je ne le redoute pas, ça m'arrive pas ; les seules personnes que je ne sens pas très fiable, amicalement, le fait que je disparaisse... les seules personnes avec qui je suis fiable, ce sont mes enfants, je fais des efforts pour être là ; je me fie facilement aux hommes plus par confort.

Intervenante : Vous ne croyez pas qui ?

Y : mes parents, petits bourgeois conventionnels, le tabou de l'inceste, le père autoritaire, la mère moins que rien, pas de rapport de copinage, je devais les respecter... à 18 ans, je me suis pris une gifle parce que j'ai dit un gros mot. Les jupes courtes, le maquillage... lui, il continue ses relations, même s'ils savent...

Intervenante : ambivalence du au milieu ? ... deux apparences en opposition ?

Y : je ne mets en doute les paroles, je peux comprendre, mais cela ne vient pas à l'esprit il y a un brouillage de notions... Par l'absurde, il faudrait que je ... rapport confus devant la vérité... sidération devant tout ça... je ne peux pas vérifier, ma mère pense vraiment qu'elle n'a rien vu ; une personne raconte des histoires auxquelles elle croit ... me dire quelque chose à partir du moment où elle n'a rien vu ? Contradictions ? Désabusement ?

Intervenante : Pourquoi ?

Y: je ne me considère pas comme pas fiable... je me défie plus de moi que des autres, j'ai un manque de confiance en moi, dans tous les sens du terme ; me faire du mal, sans en avoir conscience.

N : Par rapport à la trahison, ce que j'ai dit tout à l'heure, les parents au lieu de m'élever, m'ont détruit. Faire un enfant, une famille, j'aimerais faire le bonheur de l'enfant, c'est en contradiction par rapport à mes valeurs, on m'a fait croire, les trucs les plus morbides ; avant de commencer mon art-thérapie, j'allais à la limite de la mort, je rencontrais des gens malsains, des gens qui ne se causaient pas de leur passé ... des meurtriers...

Intervenante : banal ?

N : Attiré par ça, familial, rejouer quelque chose que je connaissais ; dramatique ; en tant que parent, briller et en même temps faire subir ça à un enfant ; j'étais une poubelle ; par rapport à ça je ne pouvais pas faire autrement ; j'avais du respect par rapport aux abuseurs : je me sens triste ! Je veux dire l'inverse de tout à l'heure... à son tour on peut trahir. Si on parle, les institutrices font des signalements aux gendarmes ; la famille m'a abusé encore plus pour que je ne parle pas ; je me sens trahi, mon père a égorgé une fille, un oncle a tué des enfants ; j'ai échappé, je suis en vie, ils m'ont tué pas tout à fait, je suis là. A 28 ans, je suis sorti du déni, je me suis rendu compte que j'étais trahi par mon père ; je sors de je ne sais pas où... de camps de concentration.

Intervenante : pourquoi avez-vous le sentiment de trahir si vous parliez ?

N : parler, écrire, c'était un gros enjeu,

Intervenante : parler ça restitue quelque chose ?

N : si je parle... on a cherché à me détruire, voir des gens se faire tuer, c'est pire que de se faire violer soi-même.

Intervenante: vous faites référence à quoi ?

N : en atelier d'écriture, c'est une ... trahison

M : en fait des trahisons, j'en ai vécu dans le milieu professionnel, je faisais plutôt confiance pas naïveté... un chef d'établissement, une religieuse, là... à une situation bien précise, je suis tombée de des nues, j'ai mis ça en parallèle ... comme si ma sœur m'avait trahie ; d'autres « soi-disant » copines, une personne est devenue chef d'établissement à son tour, comme si j'avais déplacé ... l'idée de trahison.

Intervenante : pourquoi vous dites des femmes ?

M : je ne sais pas... avec tout supérieur hiérarchique... je n'ai jamais eu de bonne relations avec mes chefs d'établissement, mais ça a été plus fort avec les femmes ; peut-être du déni, je suis dans le besoin de vouloir réparer

2ème thème : La honte et la culpabilité

Intervenante : De quoi vous avez honte ?

M: C'est honteux d'en parler ; de l'avoir vécu ... une sensation très corporelle des parties du corps découvertes, qui sont une sensations physique... de honte, dans la peau ; Si j'avais un endroit découvert un endroit intime... pas seulement, ... en maternelle je n'allais pas aux toilettes, je ne supportais pas qu'on me touche... je pense que c'est lié à la honte . Même quand on se sent proche de son abuseur, on a honte.

Intervenante : un père biologique ?

M : Je n'avais pas honte de lui, honte de moi. C'est moi qui serais blâmée... je ne savais pas trop pourquoi, je sentais bien qu'il ne fallait pas que ça se sache.

Intervenante : A qui appartient cette honte ?

Intervenante : comment expliquez-vous cette honte ?

M : je n'ai pas l'impression qu'il avait honte. Il me disait que c'était un secret précieux, si ça se savait tout le monde dirait que c'était ma faute. Des sensations avec des mots dessus. Sensation de honte vis-à-vis des sensations physiques. Ce n'était pas de la peur. Je suis persuadée dans l'inceste tout est honte.

Y : un terme que je redoute, quelque chose en-deçà du langage. Sensation du malaise extrême, regard désirant du père, regard agacé de ma mère, qui était en colère contre moi. La honte, c'est lié à la sexualité s concentrée dans l'enfance... tout ce qui était en dehors de l'inceste vécu comme éhonté. Coucher avec quelqu'un ne me fait pas honte... pas toujours plaisir. Sensation de chaleur au niveau du visage. Mes parents fréquentaient les camps naturistes ; me balader à poil, c'était obligatoire ; aller à la superette, nudité obligatoire, on ne pouvait pas des cacher, monter son sexe et ses fesses ... une fille avait mis un tee-shirt, un petit garçon avec son maillot de bain, je me sentais toute nue, j'ai eu honte, ma mère... mon père avait peur d'être découvert, je ne pense pas qu'il avait honte de lui ... il disait : si je t'ai fait du mal, je regrette, mais pense à ta mère... il peut cacher la peur d'être vu. Alors, j'ai tout pris sur moi,

mon père n'avait pas l'air d'avoir honte, j'ai pris sa honte sur moi. Parler du sexe ? Les filles racontent leurs premiers émois... je réalisais que ce n'était pas racontable... Moi, ce n'était pas racontable... Si j'avais pu leur dire que moi, je connaissais tout ça ! Moi je savais déjà plein de choses ... à 12 ou 13 ans, je savais ce que je n'aurais pas dû savoir... J'ai eu honte pendant des années, honte de penser à l'inceste, penser un truc avec mon père, rougir si par association d'idée... je voyais quelque chose comme une souche d'arbre, je ne pouvais pas, je me rappelais de mon père ... avec mon père et mon frère en montagne... il s'était déshabillé, il m'avait fait assoir sur lui ; et mon frère était là. Il (mon père) a remonté son pantalon... donc une souche me rappelait son sursaut à lui quand il avait eu peur qu'on le voie, que quelqu'un arrive et le voie, une honte de la famille, avilissant pour tout le monde, et pour ma mère...

Intervenante : honte par rapport à votre mère ?

Y : ma mère disait : « tu te tiens mal ! »... tu te tiens les jambes écartées, comme quelqu'un de pas bien qui cherche à mettre du sexuel pour attirer et exciter mon père. Paradoxalement, ma mère a raconté son avortement à mon frère pas de relation sexuelle après l'avortement d'un 3ème enfant ... Tu prends la pilule c'est pas bon pour la santé. Relations ouvertement sexuelles avec moi et non plus avec sa femme ; il m'a dit que je rendais service à la famille, il m'a dit que je remplaçais ma mère dans le lit de mon père.

Intervenante: il y a un lien entre la trahison et la honte ?

Y : pour mon père c'est de l'ordre du crime. Ma mère m'a trahie, car elle ne m'a pas protégée ; trahison de son devoir maternel. Elle rejetait la faute sur moi et non sur son mari

Y : je me sentis coupable vis-à-vis de ma mère ; mais ça l'arrangeait bien, il disait à ma mère : tu étais très belle quand tu étais jeune... Elle m'en voulait ! moi, sa fille.

Intervenante : Coupable pourquoi ?

N : je me sens comme un déchet, une poubelle ; ça allait tellement loin, c'est exceptionnel que je sois en vie ... un acte hyper-courageux d'avoir survécu, c'est un miracle, on peut en vouloir à la personne qui n'a pas secouru ! Dans ma famille tout le monde m'a abusé... toute ma famille ... je porterai plainte quand je serai grand. L'école a alerté les gendarmes...

Intervenante : Tout le monde ?

N : par les parents... ce ne sont pas des voisins étrangers !

J : sensations physiques, plaisir mêlé à la douleur... j'ai gardé ce truc-là, longtemps jusque dans ma vie d'adulte ; jusqu'à ce que je sois sous drogue pour aborder la vie sexuelle. J'ai associé sexe avec douleur, avec honte, plaisir douloureux avec honte, tout cela mélangé, je porte sur moi, la honte de la famille, je me sens sale, salie et je ne veux pas paraître la pauvre victime... j'ai pas envie qu'on ait cette image de moi. M'affirmer en tant que victime de l'inceste, j'ai honte de ce qu'on m'a fait. Je ne pense pas qu'ils avaient honte, ils savent qu'il faut qu'ils se cachent des autorités. Je reste honteuse ; il y a un gros boulot au niveau du sexuel, j'ai du mal à être bien dans un rapport sexuel.

Y : j'ai eu honte... mais je suis passée à une sorte de fierté, venir à Arevi, c'est un sujet de fierté, avec un psy, le jour où j'ai dit à mes parents avec l'aide mon mari ... la lettre que j'ai écrit à mon père ; je me prive pas de cette fierté, je n'ai pas envie qu'on m'imagine dans des situations d'abus. C'est à mon père, à qui il faut faire honte. Ça m'aide, à chaque fois que j'en parle, de cet engagement dans l'association.

Intervenante : Le fait de partager avec le groupe ? l'importance du témoignage ?

J: le fait que ce soit tabou ... que la victime ait le sentiment de honte... j'ai pu en parler pas mal, même si dans ma famille... quand je voyais que pour eux c'était difficile d'en parler, pour moi, à la base, je ne sentais pas de la honte plutôt ... concept d'identification à l'agresseur... je pouvais prendre les devants, quand mon grand-père m'emmenait dans la voiture, quand j'en parlais à ma mère et son hésitation devant les mots, j'avais envie de rire de dédramatiser... Honte par rapport à ma grand-mère. J'avais envie de complicité... j'avais volé son mari, je me sentais plus aimée qu'elle par lui. Est-ce qu'elle le sait ? Est-ce qu'elle m'en veut ? une fois, la seule fois où j'ai pu exprimer un non, il me demandait de faire des choses, il m'a retenu par le bras, ça voulait dire je n'avais pas voulu aller là où il voulait aller, je m'étais retrouvée sur les escaliers, elle voulait me chatouiller les jambes avec des orties mélangées avec de l'herbe ; la honte, je n'ai pas eu l'impression qu'elle m'habitait. J'ai une sorte de fierté, d'avoir vécu que chose de dur et de faire avec.

V : la honte ? Le premier souvenir, il m'a montré des revues, ils ne m'ont pas agressée, c'était calculé, je devais avoir 8 ans, la honte est venue en regardant quelque chose, après la honte empêche de parler, de comprendre, ce n'est pas de la colère, c'est une spirale qui fait qu'on ne peut pas en parler, dans mon cas, ils n'ont pas eu besoin de dire : « ne dis pas ! »

Intervenante : la honte collective ? de l'agresseur ? de la famille ?

V : je n'ai jamais eu de sentiment de honte... Voir des images, quand j'ai eu honte je n'ai pas pensé qu'aux autres

Intervenante : honte collective ?

V : si ! ils savent, ... quand mes parents l'ont su ! Tout le monde s'est tu.

M : quand j'étais enceinte, j'avais l'impression que tout le monde savait, même si je n'étais pas aguicheuse ; j'ai beaucoup de mal à militer, j'ai peur que les gens de l'extérieur... je n'aime pas qu'on m'imagine victime de ça !

M : je me suis toujours demandé pour quoi je l'ai suivi ... ce qui m'a poursuivie, c'est la honte, il avait un côté sympa agréable à l'extérieur... je me suis fait piégée, la honte, la culpabilité, je mélange les deux ; la honte, je l'avais mise par rapport à mes parents pauvres sans amis... moi, j'avais des copines... la honte d'être dans un piège ? D'où des relations difficiles avec les hommes, je n'ai pas pu travailler (profession) avec des hommes... Si je pensais : « ils ne pensent qu'à ça » alors, je ne pouvais plus comprendre la personne (l'homme) ... en face de moi, je ne comprenais plus rien ! J'étais complètement court-circuité ; à force, j'ai quand même avancé comme « avec le frein à main serré » ... culpabilité c'est sans issue... Je ne me sens pas une âme de militante, je ne me sens pas capable de prendre l'étendard !

Intervenante : l'inceste réactive quelle image en lien avec le collectif ?

M : le parent qu'on voudrait être

J : culpabilité énorme !

V : culpabilité et honte sont mélangés dans ma vie de tous les jours. Je n'ai jamais des réactions émotionnelles justes et appropriées. Toujours un drame. Une culpabilité lourde qui ressurgit ; ça me rend malade, certainement que la culpabilité est ravivée. J'en veux à mon corps d'avoir été responsable, pas à mon esprit, car je n'avais pas envie d'être là ; le corps je lui fais payer en ne mangeant plus, trop, en me grattant. La honte très lourde et la culpabilité très agglutinantes.

Intervenante : honte et culpabilité ?

V : j'ai eu une mauvaise relation avec mon corps quand j'étais enceinte, j'ai mis à chaque fois plusieurs mois à savoir que j'attendais un bébé ... il ne faut pas avoir un corps, source de culpabilité de convoitise, ...

J : j'ai vraiment pris conscience que ce n'était pas ma faute ; raisonnablement, je pouvais me dire que ce n'était pas de ma faute ; j'ai pris conscience que j'avais tout pris sur moi, tout pouvait être de ma faute, j'ai encore du travail ! En face de quelqu'un d'abusif, je me demande si ce n'est pas de ma faute, je me vois ... c'est forcément ma faute, c'est encore présent.

N : sur la culpabilité, je la sens à 100% quand mes parents me violaient... j'avais l'impression qu'ils faisaient ce que je voulais... mon père m'apprenait ... « la perversité de l'agriculteur », j'ai vu des meurtres, comme si on avait tué des gamins en face de moi pour me détruire.

J : quand les agressions se sont arrêtées, j'ai pris conscience qu'il fallait que je fasse très attention ; j'avais besoin de confesser à ma mère, pour lui raconter des choses anodines, comme mettre les doigts dans le nez... j'avais l'impression qu'il fallait le dire ! Maintenant, ça me suit, toujours ... savoir si je me suis bien comportée ; des choses contre moi, mais par rapport à ce que je peux faire aux autres ; la question de la faute. Honte par rapport à toutes mes pensées, passer dans la rue Saint-Denis, d'avoir été fascinée par les prostituées, je pensais que le métier me conviendrait , chercher aussi un peu le sexe quelque part... à la tv ... les films ... au cinéma, ... rechercher des scènes de bisous... savoir déjà ce que c'est ; j'avais demandé à ma mère : comment on fait les bébés, en fait, je le savais déjà trop !

V : le regard de l'autre, les autres peuvent nous renvoyer de la culpabilité, consciente et inconsciente à la fois... mon rapport moi : je suis étrangère à moi-même et aux autres ; je suis rentrée dans une paranoïa, je le suis moins maintenant ; j'aime bien être avec les autres, parler et rire, la culpabilité, les difficultés relationnelles ; j'ai basculé dans un monde étranger, d'abord des violences non sexuelles ; la culpabilité altère ma nature.

V : l'extraversion et la culpabilité sont incompatibles

Intervenante : un paradoxe ?

V : c'est très pénible à vivre.

Merci.