

# Un Regard Hostile,

(novembre 2006 – avril 2009)

**Dominique Grossi – psychothérapeute.**

*« ma fille Camille a 2 mois....  
..... quand elle me regarde, ça me gêne et je  
m'enfonce dans ma désolation..... »*

**C**e nouveau papa de 34 ans vit en couple depuis 3 ans ; lorsque son bébé cherche à établir un contact visuel il ressent une panique qui monte : « ...elle me regarde...je ne dis rien...elle a le regard de quelqu'un qui est hostile, et me faisant un reproche insupportable... » Son désarroi est aggravé par l'incompréhension de sa compagne dépendante, déjà mère de 2 enfants dont la garde lui a été retirée.

Ce 1<sup>er</sup> entretien, il l'aborde sans grande conviction ; pour des raisons économiques il ne peut plus se rendre chez son hypnothérapeute parisien (400 km) bien que les séances lui procuraient une certaine euphorie. Au fil de cette 1<sup>ère</sup> rencontre, sensible à mon écoute attentionnée, Mr C. me glisse : « je dérange...mon adaptation au monde dans lequel je vis n'est qu'apparente et artificielle...d'où mon conflit intérieur et ma grosse angoisse ». « ...je suis comme une maison à miroirs où tout est perpétuellement exploré... ».

Il repousse les invitations qui sont pour lui des dangers potentiels, générant de grandes frayeurs.

« oui, j'ai peur d'être invité, j'ai peur de faire des rencontres, j'ai peur d'entrer en relation... » ... « ainsi avec les femmes, j'ai peur d'avoir le contact et j'ai peur de ne pas avoir le contact... » Vous comprenez ? « je suis attiré et menacé »... « d'où quand je croise une fille si son regard se focalise sur moi, je suis dérangé...en état d'arrestation...et ça me réduit quelque part... »

- *Comment expliquez-vous ?*

« les liens affectifs peuvent être dangereux...oui, l'autre peut s'en servir comme d'une arme... »

- *Qu'attendez-vous du travail que nous pourrions entreprendre en semble ?*

- Je suis médiocre et je ne peux pas supposer être meilleur ; pourtant Je dois réussir car si ça ne marche pas j'irai sur un terrain où tous les coups sont permis : trafiquant, hors la loi.

- *À votre avis qu'est-ce qui pourrait gêner la relation thérapeutique ?*

-« J'ai peur d'être sous l'emprise du thérapeute que je consulterais ».

- *si rien ne change vous savez ce qui se passera pour vous; pour ma part, sans voile je travaillerai sous votre regard et je répondrai loyalement à chacune de vos préoccupations sur ma position thérapeutique.*

- *Avez-vous une question ?*

- « Que pensez-vous de mon cas ? ».

- *Je ne vous cacherai pas que notre premier entretien est encourageant et avant de nous séparer je veux vous indiquer ce que déjà j'en retire afin de préparer nos prochains R.V.*

*Tout d'abord, vous avez, su surmonter votre gêne de vous confronter à un autre professionnel qui vous écoute et vous regarde. Je vous remercie d'avoir accepté mon questionnement ; j'y recourrais pour rester le plus possible centré sur vous. Je m'efforcerai d'être le moins intrusif possible et il vous sera toujours possible de laisser filer une question ; il m'importe que vous mesuriez mon engagement à vos côtés pour, qu'en toute sécurité, vous puissiez atténuer l'impact émotionnel de vos interactions avec le regard de celles et ceux qui vous croisent.*

## **Blessures d'Enfance**

Au cours de nos premières séances, à l'évocation de ses relations sociales et professionnelles, dans ses différents contextes de vie, Mr.C., rapporte des vécus douloureux, effrayants, culpabilisants. Souvent, il se reproche sa vulnérabilité et

ses débordements émotionnels. « Pour ne pas se fourrer dans des pièges atroces », il pratique autant que possible l'évitement mais quand cela n'est pas possible il cherche à plaire et à obtenir l'approbation de l'entourage.

Le projet est de le faire passer de cet état de souffrances intolérables à celui d'une souffrance banale, sans occulter aucune de ses réalités ; pour ce faire, je suggère à Mr.C., une procédure prenant en compte son quotidien à chacune de nos séances : il m'importe d'amorcer un déliage de sa « détresse récurrente » et de ses « émotions trop terrifiantes » ; également, le contrat thérapeutique porte sur des tâches personnelles du type :  
- « décliner les avantages et les inconvénients de l'évitement dans un des contextes abordés (par Mr.C.) en séance ».

L'entreprise au quotidien : ...des collègues et un chef...

Peintre au pistolet dans une entreprise spécialisée pour les véhicules des Armées, cette sous fonction lui permet de travailler seul en cabine ; à sa guise, il évite les contacts avec ses 2 plus proches collègues des autres cabines.

Si ses collègues tentent une approche, il se met sur ses gardes car il redoute que la conversation se prolonge trop avec le risque de se retrouver envahi par « la peur qu'ils le démasquent » ; il peut devenir cinglant voire repoussant car pris dans l'inquiétude de subir leur « intention masquée derrière l'intention affichée ». Bien qu'il en souffre et que cela le dévalorise à ses propres yeux, il provoque l'évitement... et, effectivement ses collègues se tiennent à distance.

Mais ce qui le couvre de honte, ce sont les intrusions autoritaires du chef d'équipe qu'il vit comme autant de cauchemars : « c'est lui le maître de mon territoire » ; avec colère il rajoute « je suis en place, mais je n'ai pas ma place ». « ...dans ces situations, où je n'arrive pas à gérer ni ma gêne, ni mon affolement devant autrui, je suis dans ma désolation, triste et malheureux, blessé et humilié, comme marqué au fer rouge... ».

L'enfance

Ce « Je suis dans ma désolation » *Quel lien avec votre histoire ?*

Tout en souscrivant au dénuement qu'entretient le monde de l'entreprise, je questionne l'antériorité de ces ressentis.

Garantissant un climat bienveillant, il s'agit d'explorer des situations passées ayant généré cette même gêne et ce même affolement.

L'objet de ce -chemin de l'héritage-, plus sensorialisé qu'émotionnel est de remonter dans le temps, situation signifiante après situation signifiante, jusqu'à une situation de référence, souvent vécue dans la prime enfance.

Au-delà des déceptions, des incompréhensions légitimes, il s'agit d'accueillir les besoins de l'enfant et de les valider selon ses stades de développement ; de plus, en accord avec les conceptions éducatives, permissives, actuelles de Mr.C., et par une régulation concertée, il convient de permettre à l'enfant malmené d'accéder à une expression libératrice de soi.

Après huit mois autour de l'histoire infantile de Karl et la prise en compte des besoins non comblés, une relativisation se fait jour avec un questionnement sur soi confirmant qu'un changement de plan s'opère : « qu'est-ce qui fait qu'un jour, je n'ai plus voulu assumer mon devenir ? ».

Bien que Mr.C., se confronte à sa relation à lui-même et aux interactions familiales, à ce stade il est prématuré de mettre l'accent sur les carences ou les négligences des parents. Cependant l'histoire familiale ne peut-être occultée. Les parents de Mr.C., ont quitté la région parisienne quand il avait 5 ans, pour s'installer dans un hameau, sans voisinage, d'un village creusois. (la mère avait décidé ce repli car elle voulait accueillir à la campagne des adolescents délinquants et aussi couper de son environnement son époux alcoolique). Adeptes du retour à la nature, la mère avait choisi de bannir le confort. Faisant porter des vêtements tissés grossièrement et recourant aux emplâtres d'argile pour les bobos, elle ne semblait pas percevoir que son fils K. se vivait à l'école et dans le village comme un objet de dérision. Pour elle ce changement de mode de vie se conformait au précepte du grand-père maternel : « dans la vie il faut être fort parce que tout le monde est dangereux ». De cet endroit à l'écart, ouvert aux marginaux, la mère prenait les dispositions explicites pour que l'environnement reçoive comme message : « vous les autres n'approchez pas ».

Karl, se sentant en décalage, tiraillé d'une part entre les moqueries de sa classe et d'autre part la rigidité de sa mère, va

connaître tout au long de son primaire un grand désarroi, doutant de l'amour et de l'intérêt qui lui étaient portés.

Rapidement il s'est senti désigné comme peu fréquentable par les enfants de son école et aussi par leurs parents voire de l'institutrice. Tout en le redoutant il ne sait comment se faire apprécier car pour lui « l'autre est dangereux » ; et comme sa mère figée dans ses options ne l'accompagne pas dans ses premières confrontations sociales, il arrive à en conclure « je ne compte pas pour elle ».

### Adolescence troublée

« Je ne compte pas pour elle »

Désormais il s'avère utile pour le jeune K. « réduit par cet abandon » face aux autres de s'essayer à une position déliée de sa mère d'où il pourrait, avec une certaine distanciation, vivre « pour Elle, je ne compte pas ».

En effet certaines situations ont laissé percer qu'à l'adolescence l'intérêt que lui manifestaient certaines filles, le confinait dans une « confusion complète » car, comment éviter une fille qui vous sollicite ?

Vie Sociale : ...les courses en grande surface...

48 H00 avant d'aller faire les courses, quand sa compagne lui dit il va falloir faire les courses... Mr.C., sent le stress l'envahir... « Je suis sur le chemin de ma perte, acculer à affronter le labyrinthe de la mort... ».

Plus particulièrement Mr.C., redoute la confrontation avec la caissière ; à l'approche de la caisse, perdant contact avec la réalité, sa confusion est complète et son anxiété à son comble : « si la caissière me regarde, il me faut fixer son regard et je me sens coincé, en danger...j'ai l'image d'un forcené qui n'arrive pas à se contrôler... »

Adolescence

...ces émotions nous ramènent à une situation vécue à 14 ans quand Lydie, une fille de sa section lui a fixé un R.V. Cette invitation redoutée lui a causé une « véritable prise de tête avec confusion complète » ; l'envie d'y aller n'effaçait en rien la menace de baisser le masque... « Ce blocage ravive une scène où le miroir s'est brisé à l'intérieur

de moi » ; j'avais 11ans et ma mère me demande :-« est-ce que c'est vrai que tu es amoureux de Sophie ? »

Revenant sur ces 2 situations, Karl libère de la colère : « en plus de me sentir seul dans cette détresse, ils m'en veulent ; c'est pas normal comme ils me traitent ».

L'adolescent en colère, conscient des vécus douloureux de l'enfant Karl, lâche une critique du mode de vie parental ; cela permet de se refonder dans le présent et de solliciter Mr.C., aujourd'hui papa. La réaction validée de l'adolescent en colère, libère de l'énergie pour, au-delà de l'éducation, construire la relation affective avec sa petite fille Camille.

Il accepte la comparaison des contextes relationnels parents-jeune enfant : aujourd'hui il a 35 ans et il sait se distancier pour examiner les contextes de vie de sa mère qui n'avait que 27 ans quand ils sont arrivés en Creuse.

Désormais il est en mesure de mieux s'interroger sur les carences de ses parents à son égard ; qu'est-ce qui dans leur histoire de vie individuelle et aussi familiale, sociale, environnementale pourrait expliquer ces manquements, ces erreurs ?...

Ainsi :

- en accompagnant l'expression de colère et en réévaluant le sentiment d'injustice de l'adolescent ;
- en apportant son soutien à l'enfant vulnérabilisé, dénié, rejeté ;
- en sécurisant l'appropriation de son côté adulte qui aspire à fonder une famille ;

Mr.C., ose progressivement croire à sa propre réalisation de lui-même, s'aventurant dans un mode relationnel « où il n'y a ni reproche ni culpabilisation » notamment avec ses parents. Il devient

Un adulte qui nourrit le lien relationnel par la révélation de soi

**Effectivement au cours des 6 derniers mois** il se surprend, sans les invalider spontanément, à identifier des évolutions encourageantes comme :

- je commence à sortir de ma situation de victime ;

- j'aurais dû avoir plus tôt l'idée de sortir de la nasse car je ne suis pas aussi fragile que je l'ai cru ;
- je peux profiter du moment présent là où je suis ;
- la notion de vide qui m'habite diminue ;
- dans une situation mal engagée, je peux rattraper le coup ;
- je transmets à ma fille Camille amour et affection ;
- j'ai surmonté la violence routière d'un chauffard, sans me paralyser sous une avalanche de reproches.

Bien sûr je reçois ces messages ; mais la confiance n'exclut pas la vérification : aussi certaines fois je force un retour au quotidien en demandant pour la séance à venir, une réflexion sur une des avancées énoncées, telle que: « *quoi pourrait faire que le vide vous réhabite ? ou bien dans quelle situation pourriez-vous de nouveau vous victimiser ?* »

#### **Après un mois de suspension de nos séances, ce début avril 2009,**

- alors qu'il est en reconversion professionnelle et qu'il se refuse à se fâcher avec sa compagne car il veut que sa fille vive auprès de ses 2 parents -

#### **Il me déclare :**

-« à la réflexion, mes parents n'étaient pas aussi anormaux que ça et j'en conclus qu'ils se comportaient très humainement ; ça me donne plus de place pour devenir plus accueillant... »

*Naturellement je ne peux qu'exprimer ma réserve ;* aussi il continue et affirme :

-« au niveau émotionnel je sens que c'est vrai ; non il n'y a pas de confusion en moi ;...non je ne persuade pas de quelque chose... »

**Ce retournement n'est pas suffisant pour lui lâcher la main ;** cependant ses objectifs actuels témoignent de la confiance en soi qui s'instaure:

- Je veux m'ouvrir et procéder à des invitations familiales comme amicales;
- Je veux être sécurisant pour ma fille Camille et aussi pour ma compagne ;
- Je veux réussir ma qualification professionnelle et me valoriser dans un métier plus en rapport avec mes capacités intellectuelles.

Vignette clinique établie pour l'Aforpel en avril 2009

par **Dominique Grossi**  
– **psychothérapeute.**