

## « Crois-tu tout ce que je te dis? » " Do you believe everything I tell you? "

Anita Charest

Volume 8, numéro 2, novembre 1983

Enfant et famille

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/030195ar>

DOI : <https://doi.org/10.7202/030195ar>

[Aller au sommaire du numéro](#)

Éditeur(s)

Revue Santé mentale au Québec

ISSN

0383-6320 (imprimé)

1708-3923 (numérique)

[Découvrir la revue](#)

Citer cet article

Charest, A. (1983). « Crois-tu tout ce que je te dis? ». *Santé mentale au Québec*, 8(2), 147–151. <https://doi.org/10.7202/030195ar>

Résumé de l'article

Ce texte aborde, d'abord sous la forme d'un récit puis sous celle de réflexions, les thèmes suivants : le monde des enfants dans sa spécificité, le besoin d'imaginaire chez eux et l'utilisation qu'ils en font dans une situation critique, leur besoin aussi d'un espace personnel. La situation critique dont il est question ici, c'est le passage périlleux qu'ont à traverser certains enfants dont la mère est aux prises avec la dépression : comment peuvent-ils maintenir leur élan propre, garder leur accès au désir, leur droit au plaisir? On voit l'usage que l'enfant peut faire dans ce cas de la psychothérapie et aussi la place et le rôle du contre-transfert de la thérapeute dans cette démarche avec l'enfant.

Anita Charest\*

---

Ce texte aborde, d'abord sous la forme d'un récit puis sous celle de réflexions, les thèmes suivants : le monde des enfants dans sa spécificité, le besoin d'imaginaire chez eux et l'utilisation qu'ils en font dans une situation critique, leur besoin aussi d'un espace personnel. La situation critique dont il est question ici, c'est le passage périlleux qu'ont à traverser certains enfants dont la mère est aux prises avec la dépression : comment peuvent-ils maintenir leur élan propre, garder leur accès au désir, leur droit au plaisir ? On voit l'usage que l'enfant peut faire dans ce cas de la psychothérapie et aussi la place et le rôle du contre-transfert de la thérapeute dans cette démarche avec l'enfant.

Mon propos est de vous raconter des histoires. Des histoires en partie inventées, nourries de moments de vie vécus entre quatre et sept ans, par des enfants que j'ai connus, beaucoup aimés et dont je me suis sentie très proche. Ces enfants sont représentés principalement par deux petites filles, Julie et Stéphanie. Ces histoires vous diront des choses vraies sur les enfants, leur monde, leur façon de vivre, leur grand besoin d'imaginaire, leur grand besoin aussi d'un espace personnel.

Une petite fille me disait : «Il y a les grandes personnes, et les enfants c'est des petites personnes mais c'est des vraies personnes quand même.»

Ces histoires vous parleront aussi de l'utilisation que les enfants font de l'imaginaire dans une situation critique et de l'usage qu'ils peuvent faire de la psychothérapie dans une telle situation.

La situation critique qui servira de thème à cet article, c'est le péril qu'ont à affronter certains enfants dont les mères sont aux prises avec la dépression. Comment l'enfant peut-il échapper au danger d'être aspiré(e) par la mélancolie d'une maman triste, insatisfaite d'elle-même, remise en question jusqu'au plus profond de l'estime de soi. Une maman tantôt en retrait, tantôt possessive, oppressante parce que son amour pour l'enfant souffre de ce qu'elle n'est jamais assurée d'être une bonne mère. Comment ne pas être empoisonné(e)

par la tristesse et l'insatisfaction qui étreignent la mère et lui font adresser bien malgré elle des messages mortifères à son entourage. Comment ne pas être paralysé(e) par sa difficulté d'accès au désir, au plaisir. Comment rester vivant, vivante, en gardant justement cet accès au désir, au plaisir.

Voilà ce dont je voudrais vous parler... et je commence ici mon récit.

## JULIE

Il était une fois une petite fille nommée Julie. Elle aimait marcher au son d'une musique de fanfare, aller voir de près une maison qu'elle avait vu brûler un soir, de chez elle, patiner en s'imaginant être une princesse, construire une maison de neige en croyant très fort qu'on pouvait descendre plusieurs étages au-dessous. Elle aurait voulu posséder un territoire, un royaume, même juste une maison bien à elle. Elle composait des chansons, inventait des histoires de fées, de princes et de princesses. Elle adorait le jardin de la maison des vacances, qui était pour elle un vrai domaine, avec des coins favoris : le bain d'oiseaux, le bouleau pleureur qui servait de château, l'escalier aux marches faites de larges pierres, lieu idéal pour les descentes solennelles et triomphales, le cadran solaire qui se prêtait aux histoires mystérieuses, l'allée bordée de pourpiers, parfaite pour les promenades romantiques en compagnie d'un prince rencontré après mille périls et avec qui elle filait le parfait amour.

---

\* L'auteure, psychologue-psychothérapeute, travaille en cabinet de consultation privé.

Julie aurait voulu avoir beaucoup d'amis mais elle ne savait trop comment faire connaissance quand arrivaient de nouveaux enfants dans le voisinage. Pour rompre la glace, elle leur demandait leur nom, leur âge, la date de leur anniversaire et la couleur de leur maillot de bain.

Dans la maison des parents de Julie, c'était bien... mais il y avait des choses qui inquiétaient la petite fille. Le père jouait assez souvent le soir avec Julie et sa petite sœur et ça, c'était très amusant, mais jamais la mère, elle ne jouait. Quand le père et la mère se disputaient, Julie croyait que c'était très grave : ils parlaient fort et cela lui faisait peur. Le père faisait des voyages pour son travail et la mère était triste. Elle pleurait souvent et parfois s'en excusait auprès de ses filles. Julie était mal à l'aise, mêlée, ne comprenait pas ; c'était lourd. Elle avait elle aussi beaucoup envie de pleurer. Elle ne savait plus où elle en était. Parfois, son désarroi était si grand, qu'elle voulait ne plus rien ressentir : elle se promenait alors dans un couloir sombre en suçant ses doigts et là elle s'engourdisait, ça faisait moins mal, c'était moins effrayant.

Julie aimait bien, les après-midis de semaine, aller visiter ses amies madame Morel et madame Frigon. Quand elle allait chez l'une ou chez l'autre, on lui servait un goûter, on s'intéressait à ce qu'elle racontait. Et elle, elle aimait beaucoup sentir comment c'était dans ces autres maisons. Madame Morel et madame Frigon étaient gaies, souriantes ; elles ne s'inquiétaient pas de savoir si ce que Julie racontait était vrai ou pas, et elle se sentait vraiment bien de ça. Car il faut vous dire que Julie avait un gros problème qui la faisait beaucoup souffrir : elle aimait inventer des choses et les raconter comme si c'était vrai. Mais beaucoup de grandes personnes appelaient cela des mensonges et là, c'était pas drôle du tout. Ses parents qui voulaient bien l'éduquer, étaient sévères à ce sujet ; ils étaient bien embêtés quand elle faisait cela. Une fois, il y avait eu un mensonge particulièrement gros et elle avait trouvé la punition bien dure. Julie avait raconté à son amie Claire que sa poupée était vivante même si elle n'avait l'air que d'une poupée ordinaire. C'était la fête de la poupée ce jour-là et Julie avait donc invité Claire à venir dans l'après-midi, fêter l'anniversaire de la dite poupée. Julie espérait bien convaincre sa mère d'offrir un goûter à Claire. L'après-midi arrive et catastrophe : Claire

avait raconté à sa mère à elle que c'était la fête de Julie et elle arrivait, vêtue pour une vraie fête, avec un vrai cadeau d'anniversaire ! La maman de Julie fut très gênée et ennuyée de toute cette histoire. Elle se sentait désemparée et comme elle était déjà très fatiguée et qu'elle avait beaucoup d'autres soucis en tête, elle renvoya Claire chez elle, lui demandant de prévenir sa mère que Julie irait s'excuser de cette histoire. Claire repartit la mine basse et Julie était au désespoir. Ce qu'elle avait honte ! Et elle eut honte davantage encore lorsqu'elle dû le soir même se rendre, accompagnée de son père, présenter les excuses annoncées. C'était un soir de fin de printemps, il y avait plein de voisins dehors. Passer devant tous ces gens, pour se rendre chez Claire, à l'autre bout de la rue. Julie s'est sentie mourir en chemin...

Comme chaque fois qu'elle en finissait avec une histoire de mensonge, Julie se promettait bien de ne jamais recommencer. Mais ça repartait tout seul. Il y avait le moment fugitif du plaisir à inventer une histoire, à changer cette vie trop figée à son goût, trop sérieuse, pour qu'elle devienne plaisante, pleine de bonnes surprises ; du plaisir à organiser, à réarranger l'existence au gré des désirs et des colères de l'heure. Mais voilà, l'instant d'après, c'était fait : Julie était dans le mensonge encore une fois. Elle aurait bien voulu alors revenir en arrière et ne pas l'avoir fait ! Impossible. Il fallait suivre le chemin jusqu'au bout, il n'y avait pas d'autre issue. Parfois, oh ! rarement, le mensonge n'était pas découvert : ouf ! elle l'avait échappé belle ! Ça, elle en rêvait dès que le mensonge était commis : si ça pouvait n'être pas découvert ! Mais elle attendait avec inquiétude que, d'une façon ou d'une autre, ce soit terminé. Elle se sentait seule, c'était lourd, elle était prisonnière du froid et du sombre. L'attente était oppressante car l'issue plus que probable était terrifiante : ça serait découvert, ça se saurait, elle serait de nouveau honteuse, ridicule, décevante.

Comme je l'ai déjà mentionné, Julie aimait bien les chansons et pour élargir son répertoire elle en composait qui parlaient de ses plaisirs à elle. Un jour, elle en chanta une à sa mère et en espérait beaucoup d'éloges. Mais sa maman aimait les choses bien faites et il sembla à Julie qu'elle préférait les vraies chansons. Elle eut honte de son œuvre et rangea bien loin ses chansons.

De mensonge en mensonge, de déboire en déboire, Julie devint maadroite et pleurnicharde. Elle cessa de mentir, pour respecter la vérité des adultes et parler le même langage qu'eux. Mais elle perdit la clef du merveilleux monde de l'imaginaire et ne s'en consola point. Elle ne pouvait alors savoir qu'un jour elle la retrouverait...

## STÉPHANIE

Stéphanie, elle, était une petite fille qui aimait bien prendre son temps. Cela énervait beaucoup sa maman. Celle-ci avait beaucoup de soucis en tête et toujours beaucoup de choses à faire. Elle aurait bien aimé que Stéphanie s'habille seule et rapidement le matin. Au lieu de cela, Stéphanie flânait, rêvassait, faisait le tour de ses objets préférés et voulait qu'on l'aide à s'habiller quand le temps pressait de quitter la maison pour la journée. La maman se fâchait alors, grondait et Stéphanie à ces moments-là, aurait bien aimé reculer dans la vie et redevenir le bébé d'une maman heureuse. D'autres fois, elle rêvait d'avoir un petit frère ou une petite sœur qui aurait rendu la maman contente et satisfaite, car cela lui aurait permis de ne plus s'inquiéter et d'aller de l'avant dans sa vie à elle, sans qu'il y ait cette ombre menaçante de la tristesse et du mal-être de sa mère sur son plaisir de vivre.

Stéphanie, disons-le, trouvait très intéressante la vie d'une petite fille de son âge. Elle avait beaucoup d'amis et aimait bien s'amuser avec eux. Elle adorait dessiner, faire de la musique, jouer à être une princesse ou une écuyère de cirque. Elle s'occupait de ses poupées avec tendresse. Elle aimait apprendre toutes ces choses : les mots, les lettres, les chiffres, qui vous font devenir une grande fille.

Stéphanie avait aussi un papa qu'elle adorait, non sans une inquiétude croissante. Était-ce à cause de cet amour si vif, de ce désir si fort qui la portait vers ce père, prince de ses rêves, que ses parents se querellaient si souvent et étaient de moins en moins amis? À quoi cela allait-il aboutir?

Souvent, la maman de Stéphanie était triste, sombre. Elle était tantôt sévère, grondeuse, tantôt absente, comme noyée dans une grande peine que Stéphanie ne comprenait pas. Stéphanie était alors inquiète; elle craignait plus que tout l'ombre de ce malheur froid sur leur maison et pour le faire fuir,

pour réveiller sa mère, elle tempêtait, se lamentait, voulait que sa maman s'occupe tout le temps d'elle. Elle ne lui laissait pas de répit de peur que ce mal étrange ne les fasse disparaître tout à fait, sa mère et elle.

Cette Stéphanie tempêteuse et tyrannique, la maman la trouvait bien lourde et exaspérante mais en même temps, elle s'en inquiétait vivement car elle aimait aussi beaucoup sa fille et aurait voulu la préserver du mal contre lequel elle avait elle-même peine à lutter.

C'est ainsi qu'un jour elle vint demander l'aide d'une dame qui s'occupait des enfants, pour accompagner Stéphanie en ces temps difficiles. Ainsi s'établit progressivement une profonde amitié entre Stéphanie et cette dame.

Quand Stéphanie venait rencontrer sa nouvelle amie, elle pouvait lui raconter sa vie, dans des jeux, des dessins, des histoires. Tout y passait : les désirs, les rêves, les colères, les peurs, les joies, les inquiétudes. Les menus faits de la vie quotidienne y avaient aussi une place, parfois en tant qu'événements réels, parfois colorés, brodés, transformés au gré des besoins et des plaisirs de la narratrice. À ces moments-là, Stéphanie racontait, racontait et tout doucement, on décollait du réel, on s'enfonçait dans des sous-bois, on marchait sur des sentiers qui menaient à des châteaux où c'était l'abondance, la fête, où les mères étaient heureuses et les petites filles aussi. Une fois, au milieu d'un récit particulièrement animé, Stéphanie leva les yeux et s'enquit, une lueur d'inquiétude dans le regard, d'un ton mi-interrogateur, mi-craintif : «crois-tu tout ce que je te dis?». La dame sourit, la rassura : on avait bien le droit de raconter tout, le réel et l'inventé. Ce moment-là fut pour Stéphanie et pour la dame, très important : l'imaginaire avait droit de cité, il n'était source ni de honte, ni de ridicule. Ainsi restait accessible la route de la créativité, du risque, du rêve porteur de réalisations futures, de la vie quoi.

## RENCONTRES

Le monde des enfants est un monde de vie, de désir, d'action, de mouvement, d'observation des gens et des choses. Quand on est enfant, le sale, le dégoûtant, le désordre ne sont pas là pour arrêter notre élan vers les êtres et vers les choses. On est à

l'affût de tout : les gens, les maisons, les rues et le bruit des voitures qui y passent, l'eau qui coule le long du trottoir en pente, les feuilles qui poussent, les feuilles qui tombent, le soleil et la lune, la pluie et la neige, les odeurs, la couleur de la lumière.

Et le temps dans ce monde-là est différent de ce qu'il est pour l'adulte. L'instant y est privilégié. Il n'y a pas un moment à perdre pour jouer, ou regarder, explorer. Il faut voir à l'arrêt d'autobus, l'amas des sacs colorés contenant les effets scolaires tandis que leurs propriétaires sont tout à leurs jeux à quelques pieds de là, avant que l'autobus n'arrive. Observez un enfant qui se rend à la piscine : à le voir aller, on dirait qu'il y a le feu, tellement il se hâte. Quelle impétuosité ! Son désir l'occupe tout entier. De même cet autre qui se rendant à la hâte faire des courses avec sa mère, s'arrête pile et ne bouge plus, malgré les exhortations de celle-ci, fasciné qu'il est par le chapeau d'une dame qui traverse la rue.

Et l'espace donc ! Ce qu'ils peuvent en faire, de bien à eux, de merveilleux, par l'imaginaire ! Quand Mathieu sur sa bicyclette, fait le tour de la rue en croissant dans laquelle il habite, ce n'est pas le tour de la rue qu'il fait, mais bien le tour du monde. Il laisse loin derrière lui les recommandations de sa maman qui, il ne comprend pas pourquoi, le prend encore pour un bébé. Il devient un chef puissant, conduisant un engin terrible et suivi de l'armée fidèle qu'il se crée. Il s'invente des rencontres d'êtres mystérieux, tantôt ennemis à abattre, tantôt inconnus qui deviennent des amis et des alliés. Il aime bien jouer à être un général en chef, ou d'autres fois, un policier super-efficace ou encore un bandit imprenable. Et tout ça se passe dans une petite rue dont les adultes ne soupçonnent pas ou si peu, les trésors, les périls, les pièges, les combats, les victoires triomphales et les défaites sanglantes !

L'imaginaire, ce terreau où sont enfouis les racines de notre créativité. Quand il est bloqué, censuré, frappé d'interdit, on est coupé de ses forces vives, on se met à tout attendre des autres, on subit le monde, on s'y soumet, au lieu de le créer. On perd le goût et le droit du risque.

Ce qui met l'imaginaire en péril, c'est la honte d'être un enfant. La honte, elle survient quand l'adulte, pour une raison ou pour une autre, est dans l'impossibilité de faire le chemin de retour

vers le monde de l'enfant. Il y a alors une coupure dont on ne soupçonne pas la violence qu'elle fait à l'enfant. « Tu n'es qu'un petit garçon, tu n'es qu'une petite fille et ce qui vient de toi ne peut valoir ce qui vient de l'adulte. »

Et nous voici à la rencontre de la maman aux prises avec la dépression, et de son enfant. Elle ne s'aime pas, ne s'estime pas, se fait des reproches et en adresse malgré elle à son entourage. Tristesse et colère mêlées l'habitent. Elle a froid et il fait froid autour d'elle. Comment pourrait-elle alors apprécier, elle qui se rejette elle-même, ce qui sort de ce qui sort d'elle, ce qui vient de sa petite fille, de son petit garçon ? Et en plus, ce qu'il lui reste de forces lui est nécessaire à elle, pour lutter contre la terrible souffrance qu'elle porte. Comment protéger la maison du petit garçon, de la petite fille, dans cette tourmente ? Des séances de psychothérapie pour l'enfant représentent à ce moment un espace additionnel privilégié où il, elle, peut exprimer ce qui ne peut l'être en ce temps-là à la maison. Un lieu où est soutenu son effort pour mettre son imaginaire au service de la lutte contre le noir, le lourd, de la dépression de sa maman. Cette difficile situation peut alors être traversée sans être intériorisée par la fille, le garçon. Ainsi se trouvent préservés l'accès au désir, le droit au plaisir. Ainsi se trouve maintenue la créativité, entendue ici dans le sens où Winnicott parle d'« un mode créatif de perception qui donne à l'individu le sentiment que la vie vaut la peine d'être vécue » (Winnicott, 1975, 91).

Et la psychothérapeute dans tout cela ? Où est-elle ? Justement sur ce chemin de retour au monde de l'enfant. Elle retrouve dans le petit garçon, dans la petite fille, quelque chose de l'enfant en elle. Son plaisir est vif d'être avec ce petit garçon, cette petite fille, de partager des moments avec eux. Elle est là non pour remplacer leur mère il va sans dire, ni évidemment pour rivaliser avec elle dans le cœur de l'enfant, mais pour accompagner cet enfant dans un moment difficile, pour l'aider à traverser un passage périlleux.

Revenons maintenant à la rencontre de la dame et de Stéphanie. Il y eut pour la dame, la grande joie de voir Stéphanie échapper au danger de se faire couper les ailes par une tristesse, une souffrance qui n'étaient pas à elle, mais bien proches d'elle. Par un mal-être qui ôte toute saveur à la vie,

qui dit qu'elle ne vaut pas la peine d'être vécue, qu'elle n'est qu'un effort pénible de tous les jours, vers on ne sait quoi.

Et il y eut aussi un autre bonheur pour la dame : par elle, Stéphanie et Julie se sont rencontrées. Un ancien noyau de solitude et de froid a craqué en elle sous la chaleur du copinage heureux. Pour elle-même, le plaisir a vraiment pris le pas sur le besoin de perfection ; le goût du risque, d'une plus pleine expression de soi, s'est fait sentir très fort. Elle a été rejointe au centre même de ce qui était devenu inaudible chez Julie.

Petite fille d'hier, petite fille d'aujourd'hui. La maman triste de la petite fille d'hier, celle de la petite fille d'aujourd'hui. Et la petite fille d'aujourd'hui qui rencontre celle d'hier. Cette rencontre est occasion, pour la petite fille d'aujourd'hui, de garder ses forces vives, d'avoir un lieu privilégié où raconter ses histoires, le vrai et l'inventé tout à la fois, sans que celui-ci ne soit soumis à la censure, aux règles du vrai, de la vie sérieuse. Où l'inventé reste un oiseau libre, ayant droit de cité. Lieu où l'imaginaire et le plaisir sont sources de création, donc de vie qui continue son chemin, ruisseau qui

coule entre les roches, les broussailles, contourne les obstacles qui se dressent sur son parcours.

Quant à Julie, la petite fille d'hier, elle a pu, grâce à la rencontre de Stéphanie et de la dame, retrouver la clef du monde imaginaire qu'elle avait jadis perdue, se redonner entièrement le droit de suivre son propre élan, d'aller de l'avant avec ardeur et joie. C'est ce qui lui a permis entre autres... de vous écrire cette histoire !

#### RÉFÉRENCE

WINNICOTT, D.W., 1975, *Jeu et réalité - L'espace potentiel* -, n.r.f., Éditions Gallimard.

#### SUMMARY

This text, first in a narrative, then in a reflective form, deals with the following themes : the world of children in its specificity, their imagination needs, and its function for them in critical situations, and also their need for personal space. The critical situation referred to here is the perilous period with which children of depressed mothers must deal : how are they able to maintain their own momentum to keep their access to desire, their right to pleasure? The use that the child can make of psychotherapy in this case is seen, as is the place and the role of the therapist's countertransference in this work with the child.