

MOBILISER LES RESSOURCES FAMILIALES PAR LE LANGAGE METAPHORIQUE DES CARTES DIXIT AVEC DES FAMILLES AU PASSE TRAUMATIQUE

INTRODUCTION

Cet article présente l'intérêt d'utiliser les cartes Dixit en entretien familial lorsqu'apparaît l'éventualité de réactivation de traces d'un héritage traumatique.

L'utilisation du langage métaphorique avec des familles touchées par des contextes traumatogènes est née de notre pratique thérapeutique. En effet, nous nous sommes aperçus que celles-ci se vivaient quelquefois comme étant prisonnières de leur destin. Il nous est donc apparu précieux de pouvoir sortir de l'échange verbal qui conforte souvent l'aspect mortifère ou redondant « d'un passé dont on ne sort pas » pour introduire dans le système thérapeutique certaines formes d'indétermination et d'imprévisibilité. Fidèles à la posture systémique constructiviste et à l'héritage de Bateson - qui nous a appris à penser par les effets - nous introduisons souvent des objets flottants pour projeter dans l'espace intermédiaire de la rencontre thérapeutique de nouvelles créations communes. Ayant découvert que ceux-ci étaient également pertinents lorsqu'on les transposait au service de la recherche (Duret, 2015), nous avons introduit les génogrammes libres, imaginaires (Ollié-Dressayre et Mériqot, 2001), les blasons, les jeux de l'oie (Caillé et Rey, 2004), puis plus récemment les cartes Dixit, dans nos dispositifs de cliniciens chercheurs.

Dans une première partie, nous exposerons le contexte théorico-clinique de la recherche doctorale d'Alexandre Dacht qui porte sur la façon dont les familles juives de survivants de la Shoah sont impactées par les contextes actuels d'attentats terroristes.

La deuxième partie de cet article illustrera comment mobiliser de manière ludique les ressources familiales à l'aide du langage métaphorique offert par les cartes Dixit.¹ Les illustrations proviennent des entretiens avec les familles, réalisés dans le cadre de notre recherche. Nous discuterons ensuite de la possibilité de transférer nos observations dans un contexte clinique.

Toutes les familles rencontrées dans le cadre de la recherche ont donc des ascendants qui ont vécu le génocide perpétré à l'encontre des juifs d'Europe, il y a près de quatre-vingts ans. Comme en témoignent de nombreuses études, les traces de cet héritage restent quelquefois observables auprès des descendants de survivants. Nous allons, quant à nous, envisager les effets de ces traces de manière à développer des réflexions cliniques quant à des contextes similaires. La littérature scientifique (voir notamment Waintrater, 2003) met en évidence, en effet, que les contextes de violence du passé pourraient mieux nous renseigner à propos des mécanismes psychologiques réactionnels générés par les contextes de violence collective actuels.

Les attaques terroristes djihadistes de ces dernières années, la pandémie de COVID-19 et plus récemment la guerre en Ukraine ou l'attaque du Hamas en Israël représentent des événements traumatogènes plus récents, susceptibles de mettre les familles à rude épreuve. Ces événements possèdent des caractéristiques qui nous rappellent – dans des mesures certes bien différentes – des temps de guerres passées : présence de militaires dans les rues, plans Vigipirate, couvre-feu, laisser-passes, invasion de pays, flux migratoires ainsi qu'une sémantique utilisée par les

¹ Dans le cadre des 14èmes Journées Francophones de Thérapie Familiale de Lyon, nous avons proposé un atelier qui permettait aux participant.e.s de découvrir de manière individuelle le dispositif d'intervention en question.

gouvernements (« éradiquer l'ennemi », « venir à bout du mal », « dénazifier l'Ukraine »,...). Par ailleurs, nous remarquons que l'actualité est susceptible de réactiver ponctuellement des traces traumatiques héritées ou vécues. Notons par exemple les procès des attentats de Paris en 2015 ou celui des attentats de Bruxelles en 2016. Les familles des victimes, tout autant que les familles des terroristes présumés, sont exposées à un puissant contexte réactivateur². Dans ce cas, il s'agit de traces traumatiques vécues par les personnes elles-mêmes lors des attentats. Mais qu'en est-il des personnes susceptibles d'avoir hérité de traces traumatiques de génocides passés ?

Désireux de comprendre au mieux les facteurs de risque et de protection mis en place par les familles juives impactées par les attentats terroristes qui ébranlèrent Paris et Bruxelles, et qui ponctuellement continuent à faire la une de l'actualité, notamment en France et en Belgique, nous avons été à la rencontre de plusieurs d'entre elles. Le dispositif de recherche comprenait l'utilisation de cartes Dixit pour permettre l'exploration de la manière dont la mémoire s'organise autour des événements traumatiques potentiellement réactivés.

Il s'agissait également de réintroduire de l'imprévisibilité et de remettre la pensée en mouvement dans un cadre contenant et ludique. Ceci constitue un défi parfois difficile à relever pour des personnes qui ont été touchées par l'effroi et qui ont baigné directement ou indirectement dans le traumatisme. Leur sphère cognitive peut se figer lorsque leur mémoire traumatique est sollicitée.

Les objets flottants, on le sait, deviennent alors utiles lorsque la parole ne suffit plus ou s'inhibe. ~~Alors que l'utilisation du langage verbal est parfois un frein pour des personnes se figer lorsque,~~ L'entrée dans le langage métaphorique leur permet de réaliser un pas de côté par rapport au récit répétitif habituel et contourne le risque d'un récit émotionnellement trop effractant.

CONTEXTUALISATION ET CONCEPTS THEORIQUES CLES

De l'événement traumatogène au traumatisme

La Shoah et l'acte terroriste sont considérés comme des événements potentiellement traumatisants, ou *traumatogènes*. Ce terme souligne la diversité des réactions possibles au même événement.

Arrêtons-nous sur deux notions venant étayer le concept de traumatisme psychique, développées par des systémiciens. Premièrement, *le modèle d'onde de choc émotionnelle* de Murray Bowen (1978). Ce psychiatre américain, pionnier de la thérapie familiale, va développer ce modèle qui rend compte de la réactivité d'un système – familial en l'occurrence – face à la mort ou à la menace de mort. Et deuxièmement, *l'approche du traumatisme familial* dans une logique de la complexité, selon Michel Delage (2008). Selon lui, il s'avère difficile d'établir les causes et les conséquences du traumatisme de manière claire mais il sera d'autant plus pertinent de considérer des éléments hétérogènes qui s'influencent mutuellement dans un principe de circularité. « Un traumatisme, quel qu'il soit, doit donc être considéré selon deux points de vue : l'individuel et le groupal » (Delage, 2008, p.29). Au sens de la temporalité des familles qui ont survécu à la Shoah, nous nous situons dans le long terme décrit par Delage. En effet, l'événement est maintenant terminé depuis longtemps et son expérience vécue par les survivants a été transmise de façon transgénérationnelle ou intergénérationnelle. Dans le cas d'une transmission transgénérationnelle, les éléments traumatiques sont non élaborés là où dans le cas d'une transmission intergénérationnelle il y a présence d'élaboration, de représentation et d'une potentielle transformation des éléments traumatiques. Cette expérience aurait pu

² Comme en témoigne la création et les actions menées par Life 4 Brussels, voir la page officielle de l'association de victimes créée à la suite des attentats de Bruxelles du 22 mars 2016 www.life4brussels.org

donner lieu à la « mort de la famille » ou à un dysfonctionnement chronique, entravant ainsi l'élaboration du trauma et contribuant à une transmission transgénérationnelle. A l'inverse, la famille a pu se montrer résiliente et conduire à une transmission intergénérationnelle d'une expérience élaborable, représentable et pouvant se transformer. Soulignons ici que bon nombre de familles qui ont hérité de traces de catastrophes passées se portent bien et présentent une mémoire fonctionnelle et non une mémoire traumatique (Dachet et al., 2019).

Mémoire vivante et mémoire morte

Les découvertes récentes en neurosciences et en épigénétique confirment l'idée que l'inscription du traumatisme dans la mémoire individuelle et collective exerce une influence sur la transmission.

En 1995, Edith Tilmans-Ostyn travaille sur la **transmission transgénérationnelle des traumatismes**, qui permet de rendre compte des situations où l'enfant hérite de la souffrance non résolue de ses parents ou d'autres ancêtres. D'autres auteurs, essentiellement des thérapeutes familiaux (Delage, 2008, Neuburger, 2005, Waintrater, 2003) vont mettre en évidence des styles relationnels bien particuliers dans les familles où un événement traumatique passé se serait transmis aux générations suivantes. Citons par exemple la distance affective (gel des affects, alexithymie), davantage de place accordée aux morts qu'aux vivants, le télescopage des générations ou encore un surinvestissement dans le passé.

En 2007, Fossion et Rejas vont étudier cette transmission inconsciente auprès de descendants de survivants de la Shoah sous la supervision d'un pionnier de la thérapie familiale en Belgique, Siegi Hirsch. Les auteurs ont mis en évidence que la transmission du mythe familial se trouve mise à mal pour deux raisons. Premièrement, les outils de transmission sont devenus inaccessibles car ils ont disparu (albums photos, objets de la famille volés ou détruits, disparition de la langue maternelle, abolition des traditions culturelles, etc.). Deuxièmement, les anciens mythes ont été remplacés par des règles de survie.

Plus récemment, Bessel van der Kolk (2018), dans son ouvrage *Le corps n'oublie rien*, dresse un résumé passionnant de la manière dont le traumatisme s'inscrit dans le corps de façon implicite. Van der Kolk distingue la mémoire ordinaire de la mémoire traumatique. La mémoire ordinaire comporte des souvenirs que l'on récupère volontairement et de manière condensée. Cette mémoire peut remplir une fonction de mise en récit, de transmission, de réécriture du souvenir et peut également posséder une fonction sociale (militantisme, témoignage, éducation, etc.). Dans le cas de la mémoire traumatique, le souvenir est réactivé automatiquement par un trigger, ou déclencheur, et il n'est pas condensé. L'individu se trouve à faire l'expérience d'une reviviscence figée dans le temps, immuable et qui renforce le sentiment de solitude, de honte, d'humiliation ou de culpabilité. Ce souvenir traumatique est susceptible d'être transmis de manière inconsciente.

La révolution à ce niveau renvoie à la mise en évidence de **mécanismes épigénétiques** qui expliquent entre autres de quelle façon le traumatisme s'inscrit dans le corps et comment s'opère sa transmission sur plusieurs générations. Il pourrait s'agir d'une preuve biologique de la transmission du traumatisme, laquelle peut nous conduire à admettre la défaite des survivants face au génocide. En effet, la volonté première qui émergea chez les survivants fut que ce qu'ils vécurent ne se reproduise jamais. Pourtant, une hypothèse soutenant que le souvenir de l'horreur passée puisse se transmettre à leur descendance, caché au plus profond de leurs cellules, au niveau de l'ADN, pourrait conduire à un profond sentiment d'impuissance. En effet,

contre leur volonté, les survivants transmettraient leur stress, leurs angoisses et leurs stratégies adaptatives qui leur ont permis de faire face au traumatisme.

En réalité, cette découverte révolutionnaire entraîna, à l'inverse, son lot d'espoir, en initiant d'autres recherches toujours plus encourageantes dans le domaine du traumatisme psychique, de sa transmission et de ses traitements. Ces études permettraient également d'envisager la **transmission de processus résilients** via les mécanismes épigénétiques (Kellerman, 2015). Aujourd'hui des chercheurs présumant que la psychothérapie influencerait également les mécanismes épigénétiques de façon à favoriser l'émergence de mécanismes de résilience (Schiele et al., 2020). Nous sortons d'une logique déterministe pour nous ouvrir à des perspectives de guérison et de transformation du fait du caractère réversible des marqueurs épigénétiques. Ainsi Rachel Yehuda évoque la notion de *résilience environnementale* pour désigner des changements à grande valeur adaptative qui préparent le nouveau-né à développer des traits adaptés à son environnement (Wolynn, 2017). Par conséquent, si nos parents ont vécu un événement traumatogène, ils pourraient nous transmettre ces modifications épigénétiques afin de nous préparer à une meilleure adaptation à un contexte menaçant similaire. Selon cette perspective, il ne serait donc pas exclu que des descendants de survivants de violence collective pourraient se trouver mieux adaptés que des personnes dont les ascendants n'ont pas connu ce contexte.

Après avoir longuement écrit sur le traumatisme psychique, sur sa transmission et sur la résilience, Boris Cyrulnik *se souvient et* partage le récit touchant de sa propre histoire d'enfant caché. « De cette époque, où j'étais dans une stratégie de survie, je n'ai aucun souvenir d'émotion. Or il est impossible que je n'en ai pas eu ! Aujourd'hui encore, je me rappelle tous ces détails sans émotion. Dans mon souvenir, je n'ai que des images et des mots sans émoi. J'ai beaucoup de difficultés à rappeler le passé, car cela implique de faire revenir l'« émotion enfouie ». » (Cyrulnik, p.31, 2010). Ce processus de mise en récit favorise la transformation d'un souvenir traumatique en souvenir ordinaire dès lors que la personne ne se retrouve pas une nouvelle fois submergée par un trop-plein d'émotions qui conduit à une réactivation du souvenir traumatique. Autrement dit, l'enjeu complexe réside à parvenir à une transformation de la trace mnésique tout en évitant la reviviscence. Pour Cyrulnik, il a fallu attendre soixante-quatre ans avant qu'il parvienne à naviguer avec davantage de fluidité entre dissociation émotionnelle et reconnexion à un récit empreint d'émotions.

Ceci nous conduit à nous questionner sur l'accompagnement que nous pouvons proposer aux familles porteuses de traumatismes qui viennent consulter. En tant que thérapeute, comment faciliter ce processus de transformation d'une mémoire traumatique en une mémoire ordinaire ? Peut-on aider à surmonter la souffrance post traumatique ?

Celle-ci, liée aux traces laissées par le traumatisme, est un phénomène de mémoire. Pour la transformer, il faut agir mais il faut surtout s'entourer d'affects, d'affection. La mémoire se modifie par la parole, par les relations, par l'affection partagée au sens où l'entend Favret Saada³ (2009) et par la tendresse⁴ au sens où l'entend Tovmassian (2020). En articulant la notion d'attachement et de tendresse, l'auteur postule que pour sortir du registre de la survie, une base de sécurité est nécessaire pour permettre une transformation vers le déploiement du psychosexuel. Il entend par-là un passage vers l'imaginaire, le rêve et le jeu psychique menant

³ C'est la réalité de ce qui nous affecte et de ce que nous pouvons affecter qui est au centre de l'ontologie de Jeanne Favresse Saada y compris lorsque cette réalité s'étend à des êtres absents, inexistant, disparus.

⁴ Tigrane Tovmassian développe la notion de tendresse qui se définit par un passage de l'empathie à un état hybride de l'état auto-conservatif (le soin ou l'attachement) et de l'état sexuel. (Tovmassian, 2020). La tendresse est pour lui, un contact peau à peau (poignée de main, soutien d'une épaule s'affaissant,...) mais elle est aussi peau psychique à peau psychique, elle rassure, enveloppe, réchauffe.

à une symbolisation possible. Ce passage serait rendu possible par la tendresse qui a manqué au moment de l'expérience traumatique. Cette tendresse, au-delà de la bienveillance ou de l'empathie, sera d'après Tovmassian le vecteur de la transformation du survivant d'une expérience traumatique en vivant. En effet, le traumatisme de masse de la Shoah a entraîné une rupture du pacte social, c'est-à-dire une désillusion totale en l'humanité se traduisant par une perte de confiance en l'autre. La tendresse représenterait cet ingrédient primordial nécessaire à la transformation de la mémoire traumatique en une mémoire ordinaire au sens de van der Kolk (2018). Elle serait comme indispensable au retissage d'un lien humain dont le thérapeute ferait montre.

La blessure ne guérit pas, le souvenir ne s'efface pas. En revanche certains dispositifs tels que celui proposé ici peuvent tenter de modifier la mémoire de la souffrance. Il s'agit de mettre en place un dispositif situationnel et relationnel dans lequel on crée une sorte d'enchantement. L'enchantement⁵, au sens où l'entend l'anthropologue de la communication Yves Winkin (2002), est à entendre comme l'entrée dans un lieu « autre », un espace transitionnel, une aire de jeu où prend place la parole performative. La réalité du traumatisme devient alors autre, elle se transforme à l'intérieur de ce dispositif interactionnel donné, à travers ce qui relie la parole et la pensée à l'action mais aussi à l'affection. Ces dispositifs comportent la particularité de réinstaurer de la confiance là où elle avait entièrement disparu. Cette confiance, Belin (2002) la présente comme un autre ingrédient essentiel à la transformation. De plus, être présent sur le terrain concluait l'anthropologue Favret-Saada dans *Désorceler* (2009) c'est accepter de participer et d'être affecté par l'expérience vécue.

En résumé, il semble important de pouvoir se laisser affecter par les familles que nous rencontrons, de faire preuve de tendresse et de penser un cadre propice à l'émergence de la confiance et de l'enchantement. Aussi bien dans un contexte thérapeutique que dans un contexte de recherche, l'utilisation du langage métaphorique s'avère être un moyen pertinent. Comme l'indiquait Aristote, plusieurs siècles avant notre ère, « métaphore » vient du grec *metaphorá* où *meta* signifie « au-delà » et *phero* « porter », donc « porter au-delà ». Ce terme renvoie au fait de se laisser transporter par des images, de porter différemment nos souvenirs et par ce biais de pouvoir peut-être se surprendre à les transformer dans un cadre relationnel contenant et rassurant.

COMMENT MOBILISER UN « AU-DELA DU TRAUMA » AVEC LES CARTES DIXIT ?

Venons-en à la manière dont nous utilisons les cartes Dixit pour explorer et transformer un souvenir douloureux.

Depuis une trentaine d'années, des thérapeutes systémiciens ont mis en évidence qu'il est possible d'explorer les représentations et les vécus d'un individu ou d'un système à l'aide d'un objet flottant qui mobilise le langage métaphorique (Caillé et Rey, 2004). L'objet flottant, médiateur de la rencontre, facilite la remise en mouvement de la créativité. Autrement dit, il relance la capacité des individus et des familles à échanger sur un mode ludique (Calicis, 2014). « Ces objets vont « flotter » dans l'espace intermédiaire et devenir le support sur lequel patient

⁵ Le lecteur intéressé par la notion d'enchantement peut se référer aux travaux d'Yves Winkin (2002) « Propositions pour une anthropologie de l'enchantement », in Triki, Fathi. *Unité-diversité : les identités culturelles dans le jeu de la mondialisation*, L'Harmattan, pp.169-179, 2002, Logiques sociales. ([halshs-00971634](https://halshs.archives-ouvertes.fr/halshs-00971634))

et thérapeute créent un sens nouveau » (Calicis, 2006). En employant les cartes Dixit⁶, on s'abstient de les interpréter au risque de freiner le mouvement créatif. En tant que thérapeute, il est essentiel de garder comme priorité le maintien d'un cadre sécurisant et de poser des questions permettant d'ouvrir à l'élaboration, de stimuler la créativité et la co-construction en premier lieu sur un niveau analogique et dans le partage des émotions. Utilisées selon les recommandations de Bernard Filleul, qui le premier en a formalisé l'usage en systémique⁷, en émerge un protocole invariable. Elles peuvent servir au niveau diagnostic mais aussi au niveau des interventions et même des supervisions cliniques ou institutionnelles. L'outil peut aussi être utilisé en individuel, en couple ou en famille et avec des enfants à partir de 6 ans. Elles ne sont donc pas recommandées avec des enfants trop jeunes ou des personnes présentant des troubles psychotiques ne pouvant comprendre le « comme si ». Dans le cadre d'une thérapie, les cartes du Dixit, peuvent être réutilisées pour servir à évaluer le changement à différents moments du processus. Par exemple en début et en fin de suivi. En famille, les échanges autour des représentations de chacun sont très utiles pour permettre les partages émotionnels dans la différence mais il est parfois intéressant bien sûr de demander aux membres de se mettre d'accord sur une carte, que chacun déclinera à sa façon. Enfin, les cartes permettent de modifier le climat relationnel et remettent en mouvement une temporalité qui semble bloquée. Il n'est pas rare que les héritages familiaux traumatiques, grâce à la co-construction narrative autour des cartes choisies, puissent être transformés. D'abord développée en clinique systémique, l'utilisation des cartes Dixit suscite un intérêt croissant dans le domaine de la recherche (Ninane, 2022 ; Périchon et al., 2021).

En nous inspirant de la formation Dixyst dont nous avons bénéficié, nous avons pensé à un dispositif de recherche dans lequel nous utilisons les cartes Dixit. Les éléments du protocoles retenus renvoient au mode de distribution et de restitution des cartes, décrit plus bas. Au préalable, notons que les entretiens de recherche se déroulent au domicile des participants. Le chercheur est donc invité sur le lieu de vie de la personne ou de la famille qu'il rencontre. Ensuite, un soin particulier est apporté au choix de l'espace où va se dérouler la passation. Une table est nécessaire, de préférence une table basse. La passation de l'objet flottant s'articule avec l'entretien semi-directif. Dès lors, un moment de transition marque le passage d'un entretien de recherche classique à la passation d'un objet flottant. Cette transition s'exprime par la phrase « *à présent, je vais vous proposer un jeu* ». Cette phrase s'accompagne d'un rituel de préparation de l'espace de jeu. Au même titre que lorsque l'on installe le plateau de jeu, l'échiquier ou les cartes, dans ce cas un tissu est disposé sur la table. Ce tissu représente l'espace de jeu qui symbolise l'espace intermédiaire au sens de Caillé (2004). Ce lieu de projection devient un territoire psychique dont le thérapeute/chercheur devient le garant. Ce dernier présente le paquet de cartes tout en le gardant en main. Cela étant, la consigne est présentée avant de distribuer les cartes. Celle-ci varie selon l'objectif sous-tendu. En ce qui concerne les familles de survivants de la Shoah, une carte qui parle de leur vécu de la participation à la recherche a été sélectionnée. Il est ici question d'un tirage lorsque nous rencontrons la famille pour la première fois. L'utilisation des cartes dixit a eu lieu au moins 18 mois après les attentats. Nous ne nous situons donc pas dans un contexte d'immédiateté de l'événement traumatique réactivateur. Remarquons qu'il existe plusieurs variantes de distribution des cartes. Dans le cadre du dispositif proposé, la présentation est de type réfléchi, c'est-à-dire que la personne

Commenté [TF1]: Merci de citer à la source l'article « Intérêt de l'utilisation des objets flottants dans l'approche des pans les plus douloureux de l'histoire des patients et de leur famille » de Florence Calicis Dans *Thérapie Familiale* 2006/4 (Vol. 27) et de faire figurer l'article en biblio

⁶ Le jeu de société Dixit a été développé en 2008 par le pédopsychiatre Jean-Louis Roubira. Il comporte un plateau, des pions et quatre-vingt-quatre cartes illustrées par Marie Cardouat pour la première édition. Depuis lors, une dizaine d'extensions composées chacune de quatre-vingt-quatre nouvelles cartes illustrées par d'autres auteurs ont vu le jour. Les cartes possèdent une richesse graphique qui invite à les appréhender d'un mode purement descriptif à un mode métaphorique.

⁷ Bernard Filleul est président de l'Institut de Formation Systémique Montpellier Bruxelles, il est formateur et thérapeute et est à l'origine de la création de l'objet flottant Dixyst ; contraction du mot « Dixit » et « systémique ». Nous avons suivi la formation à l'utilisation du Dixyst sous sa supervision.

possède tout le temps de contempler les cartes avant d'en choisir une. Les cartes peuvent être disposées sur le tissu ou être remises en un paquet à la personne. Notons que dans tous les cas, il est préférable d'éviter de remettre un paquet complet de quatre-vingt-quatre cartes. En effet, le nombre trop important de cartes risque de freiner la spontanéité du choix. Par personne, nous distribuons environ une vingtaine de cartes. Nous insistons particulièrement sur le fait de choisir la première carte qui attire l'attention sans forcément savoir pourquoi. Une fois la carte choisie, s'opère un temps d'élaboration. Celui-ci se déroule sur le mode de la métaphore et représente en soi l'enjeu substantiel où peuvent émerger l'imprévisible, le surprenant, le contenu jusqu'alors inconscient ou encore les ressources. Le chercheur accompagne ce processus élaboratif, en retrait tout d'abord puis en intervenant lui-même. Ces interventions consistent en des répétitions des mots prononcés mais aussi en indiquant des éléments de la carte qui n'auraient pas été évoqués, ou encore en mobilisant des mécanismes de résilience sous forme de questions types spécifiées dans la dernière situation présentée. Cette attitude engagée du chercheur contribue ainsi au processus co-créatif propre aux objets flottants. Enfin, se produit un moment de clôture exprimé par la restitution de la carte, ce qui permet de sortir de la métaphore et de terminer la passation. Ce rituel comprend la consigne « *maintenant je vais vous demander de regarder votre carte une dernière fois et, quand vous serez prêts, de me la rendre face contre terre...* ». L'action de restitution des cartes favorise la fermeture de l'espace intermédiaire de façon contenante et donc sécurisante.

Dans la situation proposée, tous les protagonistes - qu'ils soient patients, thérapeutes, chercheurs - deviennent acteurs d'une narration à visée transformative sur une scène ritualisée, métaphorique qui ne tolère pas de spectateurs. Les cartes Dixit n'ont pas d'autres sens que ceux qui leur seront donnés dans cet espace-temps singulier. Plus précisément, il nous semble que les images n'ont pas d'effets par elles-mêmes, mais plutôt les effets produits par l'agencement des échanges dans lequel elles seront inscrites. Elles opèrent souvent un effet thérapeutique non négligeable en provoquant une dissociation entre raison et émotion, favorisant ainsi le déminage de l'anxiété de celles et ceux qui ensemble les commentent et les regardent.

Voici une illustration clinique :

Mobiliser les ressources et faire circuler la parole avec la famille B

Lorsque nous rencontrons la famille B pour la première fois, sont présents la mère, ses deux filles et le frère de la mère, l'oncle maternel que nous appellerons Bernard.

Les filles, que nous nommerons Rachel et Samantha ont respectivement 20 et 22 ans. C'est Samantha qui ayant vent de la recherche en parle à sa sœur et à leur oncle. Ce dernier parvient à convaincre sa sœur, la mère des deux jeunes femmes, à participer à l'entretien de recherche.

Samantha, initiatrice de la rencontre, entame un récit de l'histoire familiale. La famille juive, originaire de Pologne, a été en grande partie exterminée durant la Shoah. Le grand-père, père de Madame et de Bernard, a été déporté à Auschwitz où il y passa trois ans de long calvaire. Il parvint à s'échapper au moment du départ pour les marches de la mort. La mère de Madame et de Bernard a été cachée pendant toute la guerre sous une fausse identité dans un couvent. Les grands-parents, frères, sœurs et cousins de Madame et Bernard ont disparu pendant la guerre. Les parents de Madame et Bernard se rencontrent à la fin de la guerre et forment un couple puis rapidement une famille. Madame, prénommée Michelle, naît à la fin de la guerre et Bernard deux années plus tard. Les parents choisissent volontairement des prénoms déconnectés de la tradition juive.

Commenté [TF2]: Ne s'agit-il pas plutôt, via les cartes DIXIT, de parvenir à aborder avec la mère un non dit et de rendre la parole possible entre les membres de la famille et ce au départ des ressources familiales ?

Commenté [TF3]: ? On comprend que les grands-parents des deux filles ne sont pas morts pdt la guerre, que la GM a été cachée ds un couvent et le GP a réussi à s'enfuir d'Auschwitz. Parlez-vous plutôt du point de vue de la mère ? Merci de clarifier ce point

« *Des prénoms bien belges. Comme disait Bon-Papa ; pour vivre heureux, vivons cachés* » ; commente Rachel. Enfants, Michelle et Bernard apprennent quels sont les sujets qui fâchent leur père. La nourriture représente une source de tensions, de même que l'argent. Il ne faut pas évoquer son judaïsme. La famille ne participe pas aux fêtes traditionnelles. Du côté de leur mère, angoissée à l'extrême, c'est la peur de voir ses enfants être enlevés qui la tire du sommeil en pleine nuit et qui la pousse à venir vérifier leur présence dans leur chambre.

« *Tout ce que nous avons connu du judaïsme, de sa culture, c'était la nourriture avec la cuisine de maman. Le bouillon, les latkes, le gehachtelebel...Ça et cette menace latente qui planait sans qu'on sache pourquoi* » rétorque Bernard, songeur. « *Tu exagères ! Et notre éducation ? ! Nos études, le sens du travail, le confort dont nous avons bénéficié ? Tu oublies cet héritage-là ?* » s'exclame Madame. Elle pèse ses mots qui semblent posséder un pouvoir tranchant qui fait taire le reste de la famille. Après son intervention, un lourd silence règne.

« *Vous parlez d'héritage... il semblerait que vous ayez hérité de valeurs nobles...* » tentative du chercheur pour souligner les ressources. « *Ah oui, ça vous arrangerait bien hein ? Pourquoi venir parler du passé alors qu'il est passé ? Nos parents ont disparu il y a déjà de cela plusieurs années. Je ne vois pas le sens de votre recherche. Venir remuer le passé, franchement...* » répond Madame, levant les yeux au ciel avec un ton agacé.

Elle ne nous laisse pas le temps ni de répondre, ni de laisser au silence l'effet de digérer ses paroles. Elle enchaîne directement : « *Et toi Bernard, tu étais de mèche je suppose ? Une idée ridicule, ça doit forcément venir de toi !* ». « *Mais enfin maman, c'était mon idée et vu ta réaction on dirait que j'ai bien fait. Il faut qu'on aborde le sujet. On ne peut pas rester murés dans ce silence ad vitam aeternam.* », intervient Samantha.

« *Et pourquoi pas ?* » rétorque Madame, un sourire en coin.

« *Mes troubles alimentaires à 14 ans, les dépressions à répétition de Bernard, tes angoisses... ça ne te dit rien ? Non, tu ne fais pas le lien ? Et bien moi si ! Aujourd'hui on a la chance de pouvoir se retrouver ensemble et en parler. Si on pouvait au moins faire en sorte que ça serve pour Rachel et moi et pour nos enfants, je trouve que ça vaut la peine* » répond Samantha.

Cette intervention engendre un silence que personne ne souhaite briser.

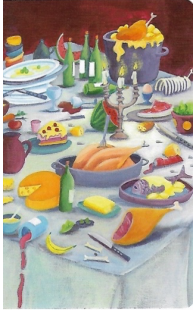
Finalement, nous sortons les cartes Dixit. Nous demandons à la famille de choisir chacun une carte qui représente l'héritage de la famille.



Rachel



Samantha



Bernard



Michelle

Rachel choisit la carte la première, suivie de Samantha puis de Bernard. Madame résiste.

« *C'est ridicule, je ne suis pas là pour jouer aux cartes...* » dit-elle d'un air boudeur.

« *Mais tu es là pourtant, tu peux bien jouer le jeu maman* » insiste Rachel.

Madame choisit une carte presque à contrecœur en murmurant « *C'est celle-là depuis le début* ».

Chacun, à tour de rôle, explique en quoi cette carte parle de leur héritage familial.

Rachel : « *Une lueur au milieu de l'obscurité. De la curiosité pour pouvoir avancer. Mais l'obscurité, c'est de la purée de pois. On pourrait vite sombrer dans le noir complet. Dans le côté obscur.* »

Samantha : « *Les clés de la compréhension se trouvent dans notre esprit, notre conscience. Le goût de la découverte des mystères de la vie.* »

Bernard : « *Un banquet gargantuesque. L'opulence, ça déborde. On mange pas, on se gave par peur de gaspiller une miette. Et alors le résultat ? On tombe malade et on se gâche la vie.* »

Pendant que les autres membres de la famille parlent de leur carte, Michelle – qui restera Madame pour nous encore aujourd'hui – est absorbée par sa carte. Elle l'observe intensément d'un air hébété. Finalement, lorsque vient son tour, elle nous regarde et lance :

Michelle : « *un livre éventré par le vide. Un puits avec un monstre terrifiant* ».

Nous décidons dans un premier temps de pousser l'exploration de la métaphore en demandant à Madame à quoi ressemble le monstre.

Michelle : « *C'est un monstre des abysses. Il prend la forme qui nous terrorise le plus. Il se nourrit de la peur et de la solitude.* »

Madame jusqu'alors au visage fermé, aux bras croisés, au ton sec et sûr de soi présente des yeux apeurés, brillants, les bras sont ballants, la bouche entre-ouverte et la voix presque étouffée.

Chercheur : « *Quel élément sur la carte représente une ressource ?* »

Michelle : « *C'est le savoir. Le chevalier repose sur un livre de connaissances. Avec le savoir il peut combattre le monstre. Parce qu'il sait, il n'a plus peur* ».

Ici, lors du premier entretien de recherche avec la famille, on ne réalise pas de questionnement circulaire en croisant les représentations de chacun. Nous explorons la représentation de l'héritage traumatique de chacun des membres de la famille à tour de rôle ainsi que les ressources et les richesses de l'héritage. Lorsque nous arrivons à un membre où la mise en mot semble difficile et dont le comportement non verbal nous informe d'une probable activation de la mémoire traumatique, nous entamons un questionnement visant à activer les ressources. Ces questions toujours ancrées dans le langage métaphorique renvoient à de potentielles ressources, au mouvement, à la force, à la lumière, au changement ou encore à l'apaisement. L'idée de

Commenté [TF4]: Mais pas que. Vous convoquez aussi les ressources, les richesses de cet héritage

mouvement décentre de l'aspect mortifère de l'héritage et favorise l'accès aux ressources présentes.

A la fin de l'utilisation des cartes Dixit, il est possible de méta-communiquer sur la passation avec la famille en leur demandant « *comment cela s'est passé pour vous ?* ».

Pour cette famille, Bernard et les filles se montreront touchés par ce que Madame a exprimé. Nous reprendrons les éléments de l'héritage et des ressources évoqués par chacun en soulignant qu'ils sont parvenus à aborder un non-dit avec la mère et que la parole a pu circuler au départ des ressources de leur famille.

CONCLUSION ET PERSPECTIVES THERAPEUTIQUES

Les victimes des attentats, comme les descendants de survivants de la Shoah, ont vécu ou ont hérité, à leur façon, de l'imprévisibilité vécue comme menaçante. Un événement survenu brutalement, mettant à mal le sens accordé au monde, confère à celle ou à celui qui le vit un profond bouleversement. Réintroduire de l'imprévisibilité dans un cadre clinique constitue un défi lorsqu'on est confronté à des personnes qui ont été touchées par l'effroi et qui ont baigné dans le traumatisme. Régulièrement, nous observons le participant se figer, ce qui peut signifier que la mémoire traumatique s'active.

Le dispositif proposé ici, transposable dans un contexte psychothérapeutique, va permettre d'amener de l'imprévu dans un cadre contenant et ludique en proposant d'utiliser les cartes métaphoriques Dixit. En effet, se prêter au jeu du Dixit permet de se laisser surprendre, de se laisser affecter (Favret-Saada, 2009), de se laisser émerveiller comme Servais (2004) le soulignait et ce, dans un dispositif où la confiance constitue un ingrédient clé (Belin, 2001).

En conséquence, ce qui va permettre la transformation de cette mémoire traumatique, c'est la confiance qui émanera du dispositif de rencontre, favorisée par l'ambiance ludique propice à une forme de tendresse⁸ contenante dont fait preuve le clinicien (Tovmassian, 2020). L'individu - et le système porteur de cette blessure - pourra en confiance reconstruire une base de sécurité à partir de laquelle s'écrit un nouveau récit.

Nonobstant l'importance de l'imprévisibilité déployée dans un cadre sécurisé, d'autres dimensions nous semblent essentielles à explorer avec la personne ou la famille bloquée dans ses traces traumatiques. Pour défiger, ou dit autrement, pour *réchauffer*, pour remettre en mouvement, nous envisageons trois dimensions qui aboutissent à l'émergence de mouvements résilients.

La première dimension est celle de la *temporalité*. Dans ce contexte, nous proposons un voyage dans le temps. Revenir sur l'événement passé pour initier un récit vers le présent permet d'élaborer l'effet des traces passées sur le présent. Ensuite, il nous semble primordial de poursuivre le voyage dans le temps vers l'avenir. Ce mouvement vers le futur est rendu possible par les questions initiatrices de mécanismes de résilience. Ce mouvement permet au temps qui était figé d'être remis en mouvement (Dachet et al., 2019 ; Duret, 2023).

La deuxième dimension s'apparente à celle de la *relation*. Ici, l'intention est par exemple de se reconnecter aux relations bloquées au moment du décès d'un proche ou de la mort d'une part

⁸ Tigran Tovmassian (2020) met remarquablement en évidence les atteintes à la symbolisation et les conditions de reprise de la fonction symbolisante en cas de traumatisme extrême. « Il rappelle le rôle de l'environnement proche dans cette fonction et propose que la tendresse que peut éprouver le clinicien à l'égard de son patient - et qui découle de ce qui a manqué de manière fondamentale au patient pour la symbolisation - prenne place dans le cadre de la séance ». (Duret, 2023) Nous faisons l'hypothèse que le clinicien peut également, par une qualité de présence qui réintroduit de l'étayage actif, éprouver une forme de tendresse qui est plus que de l'empathie.

de soi après l'événement traumatique. Qu'il s'agisse d'une plus grande place accordée aux défunts ou de l'acceptation des changements identitaires opérés à la suite de l'événement traumatogène, l'objectif est de redonner une place plus appropriée aux morts et aux vivants. L'utilisation de la métaphore via les cartes Dixit favorise la ritualisation et la transformation conjointe du statut du défunt et du système familial (Périchon et al., 2021).

Enfin, la troisième dimension renvoie à celle de l'*affect*. Là où s'est produit un gel des affects, le but sera de les faire circuler à nouveau. Ici, la carte possède un effet médiateur de la relation. Dans ce contexte, la personne peut se reconnecter à ses émotions et retrouver la confiance dans ses capacités à nouer des liens entre elle-même et les autres, les exprimer dans l'intimité de la rencontre. En ce sens, les cartes Dixit constituent un excellent moteur à la création de relations affectueuses et contenantantes. Les affects jusqu'alors gelés peuvent à nouveau circuler.

Nous remarquons que quel que soit l'objectif sous-tendu, l'utilisation des cartes Dixit produit des effets et agit tant sur l'ambiance du système (Dessoy 1991) que sur les relations entre les membres qui le composent. Dessoy décrivait l'ambiance comme le premier organisateur du milieu humain comprenant l'infraverbal et l'infraperceptif. Ce changement d'ambiance qu'on peut éprouver lorsqu'on entre avec la consigne dans le temps suspendu de la passation des cartes introduit la possibilité de se laisser porter par les images. Celui-ci ne s'observe pas au niveau phénoménologique mais relève d'une forme de ressenti qui favorise le partage émotionnel. Le moment de la consigne et l'installation du jeu sont des marqueurs de temps qui inaugurent une forme d'épaisseur du cadre et propulsent dans l'espace intermédiaire (Caillé, 2004). Le fait d'y participer pleinement, tout en agissant sur la construction du jeu, mais aussi de garder la maîtrise du cadre tout en sortant du cadre normatif d'un entretien questions-réponses favorise l'ouverture des possibles. Dans ce contexte, la transformation des résidus traumatiques en ressources peut commencer à advenir et rester, telle une trace du processus évolutif que nous aurons co-créée ensemble.

AUTEURS :

Dachet Alexandre

Psychologue, Psychothérapeute, Assistant-doctorant à l'Université libre de Bruxelles, Service de Psychologie du Développement et de la Famille, Université libre de Bruxelles, ULB.

Adresse de contact : alexandre.dachet@ulb.be

Duret Isabelle

Professeure de Psychologie clinique et de psychopathologie, Cheffe du Service de Psychologie du Développement et de la Famille, Université libre de Bruxelles, ULB. Psychothérapeute de famille et de couple, formatrice en thérapie familiale systémique à l'ULB et à Forestière Asbl, Bruxelles, Belgique.

Adresse de contact : isabelle.duret@ulb.be

BIBLIOGRAPHIE

- Belin, E., 2001. Une sociologie des espaces potentiels. Logique dispositif et expérience ordinaire. De Boeck Supérieur, Bruxelles.
- Bowen, M., 1978. Family Therapy in Clinical Practice. Jason Aronson, New York.
- Caillé, P., Rey, Y., 2004. Les objets flottants, méthodes d'entretiens systémiques : Le pouvoir créatif des familles et des couples. Fabert, Paris.
- Calicis, F., 2006. Intérêt de l'utilisation des objets flottants dans l'approche des pans les plus douloureux de l'histoire des patients et de leur famille. *Thérapie Familiale*, 27, 339-359. <https://doi.org/10.3917/tf.064.0339>
- Calicis, F., 2014. Les héritages familiaux : Comment faire avec nos loyautés ? *Cahiers de Psychologie Clinique*, Bruxelles, 43, 2, 81-96.
- Cyrulnik, B., 2010. Je me souviens... Odile Jacob, Paris.
- Dachet, A., Bonte, M. & Duret, I., 2019. La blason familial : un voyage dans le temps des familles pour transformer la « mémoire traumatique » en « mémoire thérapeutique ». *Cahiers de Psychologie Clinique*, Bruxelles, 53, 2, 113-138.
- Delage, M., 2008. La résilience familiale. Odile Jacob, Paris.
- Dessoy, E., 1991. Ambiance, éthique et croyances : les trois foyers organisateurs d'un milieu humain. Une approche psycho-sociogénétique préparatoire à l'abord de l'autisme. La Ferme du Soleil, Soumagne.
- Duret, I., 2015. L'utilisation du génogramme imaginaire et libre dans la recherche Clinique et la thérapie : explorer et transformer les héritages familiaux traumatiques. In Katz M. Darwiche J. (dir.) « Génogramme ou arbre généalogique. Regards systémique et psychanalytique », Ed In Press., 88-100.
- Duret, I. (2023). Comment vivre comme après ? Une clinique du lien pour transformer l'effraction traumatique. *Cahiers critiques de thérapie familiale et de pratiques de réseaux*, 70, 59-73. <https://doi.org/10.3917/ctf.070.0059>
- Favret- Saadda, J., 2009. Désorcèler. Ed l'Olivier, coll « Penser/ Rêver », Paris.
- Meynckens-Fourez, M. & Henriquet-Duhamel, M-C., 2007. Dans les dédales des thérapies familiales. Un manuel systémique. Erès-Relations, Paris.
- Ninane, N., Mottrie, C., Colman, S. & Duret, I., 2022. La stérilisation volontaire à visée contraceptive comme facteur de transformation positive chez des femmes sans enfant. *Cahiers de psychologie clinique*, 59, 169-196. <https://doi-org.ezproxy.ulb.ac.be/10.3917/cpc.059.0169>

- Ollié-Dressayre, J., & Mérigot, D., 2001. Le génogramme imaginaire : Liens du sang, liens du cœur. ESF, Issy-les-Moulineaux.
- Périchon, L., Cisterne, C., & Duret, I., 2021. Relations entre vivants et morts au sein d'une famille endeuillée : quelles transformations le système opère-t-il après la mort ? *Thérapie familiale*, Genève, 42, 1, 59-77.
- Schiele, M., Gottschalk, M.G., & Domschke, K., 2020. The applied implications of epigenetics in anxiety, affective and stress-related disorders – A review and synthesis on psychosocial stress, psychotherapy and prevention. *Clinical Psychology Review*, 77, 101830.
- Schon, M-J., 2010. L'histoire du bouton n'est pas cousue de fil blanc. L'utilisation des boutons de couture dans les sculptures familiales constructivistes. *Thérapie Familiale*, Genève, 31, 4, 417-438.
- Servais, V., 2004. L'empathie et la perception des formes dans l'éthologie contemporaine, *In L'Empathie*. Odile Jacob, Paris.
- Tovmassian L. T., 2020. Tendresse et attachement : dialectique au cœur du travail psychanalytique avec le traumatisme , Ed In Press, Coll Ouvertures psy, Paris.
- Van der Kolk, B., 2018. Le corps n'oublie rien. Albin Michel, Paris.
- Waintrater, R., 2003. Sortir du génocide. Témoignage et survivance. Payot, Paris.
- Winkin, Y., 2002, Propositions pour une anthropologie de l'enchantement. Triki, Fathi. *Unité-diversité : les identités culturelles dans le jeu de la mondialisation*, L'Harmattan, pp.169-179, 2002, Logiques sociales.
- Wolynn, M., 2017. It Didn't Start With You. How inherited family trauma shapes who we are and how to end the cycle. Penguin Books, New York.

RESUMES :**Français**

Les familles peuvent se trouver particulièrement fragilisées dans leur capacité adaptative lorsqu'elles ont dû faire face à des situations imprévisibles telles qu'un attentat terroriste. De plus, celles qui ont gardé des traces de traumatisme ancien transmises par les générations qui les ont précédées, par exemple les survivants du génocide de la Shoah, sont **alors** susceptibles de **voir se** réactiver ces traces traumatiques, parfois à leur insu et sans que cette réactivation ne soit prise en compte par les professionnel.le.s qu'ils rencontrent. Les cartes Dixit offrent un dispositif métaphorique favorisant l'exploration, l'élaboration et la transformation des souvenirs douloureux. Ce dispositif, qui peut activer par-delà les mots une forme de résilience, offre des pistes d'intervention pour les thérapeutes qui reçoivent des individus ou des familles aux relations fragilisées par des contextes de violences collectives.

Mots clés : Trauma, Transmission, Résilience, Shoah, Objet flottant, Dixit

Anglais

Families may be weakened in their adaptive capacity when faced with unpredictable situations, such as a terrorist attack. In addition, those who have kept traces of old trauma transmitted by the generations that preceded them, for example survivors of the Holocaust genocide, are likely to reactivate these traumatic traces, sometimes without their knowledge and without this reactivation being taken into account by the professionals they meet. Dixit cards offer a metaphorical device that promotes the exploration, elaboration and transformation of painful memories. It can mobilize a form of individual or family resilience as we illustrate here.

Keywords : psychotrauma, transmission, resilience, floating object, Dixit

Espagnol

Las familias pueden verse debilitadas en la capacidad adaptativa cuando tienen que hacer frente a situaciones impredecibles, como un ataque terrorista. Además, las familias que han conservado huellas de viejos traumas transmitidos por las generaciones que les precedieron, por ejemplo sobrevivientes del genocidio del Holocausto, es probable que reactiven estas huellas traumáticas, a veces sin su conocimiento y sin que esta reactivación sea tenida en cuenta por los profesionales que conocen. Las cartas Dixit ofrecen un dispositivo metafórico que promueve la exploración, elaboración y transformación de recuerdos dolorosos. Puede movilizar una forma de resiliencia individual o familiar como ilustramos aquí.

Palabras claves : trauma, transmisión, resiliencia, objetos flotantes, Dixit