

Renaître grâce à la  
psychogénéalogie

Tout le catalogue sur



**InterEditions.com**  
Des livres qui vous veulent du bien

■ Noëlle Le Dréau

# Renaître grâce à la psychogénéalogie

Les clés du décodage familial  
de l'inceste

## Photographie de couverture : © satori - Fotolia

Le pictogramme qui figure ci-contre mérite une explication. Son objet est d'alerter le lecteur sur la menace que représente pour l'avenir de l'écrit, particulièrement dans le domaine de l'édition technique et universitaire, le développement massif du photocopillage.

Le Code de la propriété intellectuelle du 1<sup>er</sup> juillet 1992 interdit en effet expressément la photocopie à usage collectif sans autorisation des ayants droit. Or, cette pratique s'est généralisée dans les établissements

d'enseignement supérieur, provoquant une baisse brutale des achats de livres et de revues, au point que la possibilité même pour

les auteurs de créer des œuvres nouvelles et de les faire éditer correctement est aujourd'hui menacée. Nous rappelons donc que toute reproduction, partielle ou totale, de la présente publication est interdite sans autorisation de l'auteur, de son éditeur ou du

Centre français d'exploitation du droit de copie (CFC, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris).



© InterEditions, Paris, 2011, 2013 pour la nouvelle présentation  
ISBN 978-2-7296-1358-7

Le Code de la propriété intellectuelle n'autorisant, aux termes de l'article L. 122-5, 2° et 3° a), d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite » (art. L. 122-4).

Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

*Je dédie ce livre à Alain Le Dréau mon mari.  
Il m'a donné la force de ne pas mourir de chagrin,  
puis de retrouver goût à la Vie,  
ce qui fait un bien fou.*

*Noëlle Le Dréau*



*« J'ai toujours pensé que, moi aussi, j'avais à répondre à des questions que le destin avait déjà posées à mes ancêtres, mais auxquelles on avait encore trouvé aucune réponse, ou bien que je devais terminer ou tout simplement poursuivre des problèmes que les époques antérieures laissèrent en suspens. »*

*Jung (1875-1961), Ma vie, souvenirs, rêves et pensées.*

*« Il n'est pas de pathologie incestuelle qui soit purement individuelle et qui ne mette en jeu l'aire familiale tout entière. »*

*Paul-Claude Racamier.*





# SOMMAIRE

Remerciements	XI
Préface	XIII
DOCTEUR MURIEL SALMONA	
Avant-propos	XVII
Pour cadrer ma démarche	XXIII

## *Première partie*

### L'INCESTE, UNE BOMBE À RETARDEMENT

1. PACTES FAMILIAUX INCONSCIENTS	3
2. FAMILLE TOXIQUE	37
3. LE DÉVOILEMENT	71

## *Deuxième partie*

### À LA DÉCOUVERTE DU PÈRE

4. LES TROIS SECRETS DU PÈRE INCESTUEUX	99
5. SECRETS DE FILIATIONS MASCULINES	149
6. SECRETS D'ALCÔVES FÉMININES	171

## *Troisième partie*

### DU CÔTÉ DE LA MÈRE

7. LES RACINES INCESTUELLES	189
8. COUPLES ET FRATRIES ENGENDRENT L'INCESTE	207

9. PRISON DU SENS IDENTITAIRE	223
-------------------------------	-----

*Quatrième partie*

LE DRAME DE L'INCESTE

10. SÉVICES INVISIBLES	239
11. PARENTS ESCLAVES DE LEUR DÉsir DE FUIR LEUR PASSÉ	245
12. L'INCESTE	259
13. LES CRIS EN T'AIME	275
Épilogue	295

ANNEXES

---

1. ADRESSES D'ASSOCIATIONS DE LUTTE CONTRE L'INCESTE ET LA PÉDOPHILIE	305
2. MÉMO PRATIQUE DE GÉNÉALOGIE	309
3. TABLES DES FIGURES	313
Bibliographie	315
Table des matières	319

# Remerciements

Sans eux le témoignage transgénérationnel que vous allez lire n'aurait pu exister !

Je remercie toutes ces personnes dévoué(e)s  
à transmettre la mémoire intime et collective,

- les Personnels des Archives Nationales Historiques XX<sup>e</sup> siècle, du CICR Croix-Rouge internationale à Genève, de la Croix-Rouge Mission française de liaison à Bad-Alrosen, de la WAST Berlin, des SGA du ministère de la Défense et des Armées Caen, Metz, Pau, et aussi leurs Services des Sépultures, La Légion Étrangère, les personnels de l'ONAC Office national des anciens combattants, de la Fédération des « combattants prisonniers de guerre » et « combattants d'Algérie, Tunisie, Maroc », les « Gueules Cassées UBFT », le centre d'histoire et de la Résistance de Lyon, le Centre mondial de la paix à Verdun ;
- les personnels des bureaux des mairies centrales de Lyon, Paris, et des archives municipales de Lyon, des services d'état civil des mairies d'Amplepuis, Chatonnay, Chazay d'Azergues, Chirassimont, Dardilly, Dijon, Fourneaux, Gonnevillle sur Honfleur, Honfleur, Joux, Lardy, La Rivière Saint-Sauveur, Le Bois d'Oingt, Le Havre, Lentilly, Lozanne, Lyon, Machézal, Mionnay, Neuville, Rouen, Saint-André de Corcy, Sainte-Colombes sur Gand, Saint-Forgeux, Saint Symphorien de Laye, Saint-Vérand, Tarare, Tramoyes, Valsonne, Villers ;

- les personnels des archives départementales de l'Ain, du Calvados, de la Côte d'Or, de l'Isère, de la Loire, du Rhône ;
- les associations : Fédération Française de Généalogie, Racines de Honfleur, SGLB Sté génénéalogique du Lyonnais & Beaujolais, Ceux du Roannais, GAG Généalogistes du Var, Centre d'entraide généalogique de France ;
- les diocèses de Carthage, Fréjus, Lisieux, l'archevêché de Lyon et plus particulièrement le père Montbel, l'église réformée de Lyon, l'église de Honfleur, les Hospices Civils de Lyon, aumônerie Hôtel-Dieu Lyon, M. et Mme Lartigue qui nous ont reçus au château de La Taule (60), Mme Ramel qui s'est dévouée pour retrouver avec moi dans le grenier de son château, la photo de mon AGP (arrière-grand-père) cocher ;

ainsi que mes cousins : Jean-Pierre, Patrick, puis Fabienne, Isabelle, mais aussi mes « nouveaux » arrières petits cousins cousines rencontrés au cours de mes recherches dont j'ignorais pour beaucoup l'existence jusqu'à ce pèlerinage au cœur de nos racines, Lucienne, Marthe, Isabelle, Madeleine, Sophie et Constant qui nous ont invités à leur mariage, puis leurs quatre filles nées depuis, ainsi que Pierre, Chantal, Johannes, Joseph, Marcel, Antoine, leurs conjoints, enfants...

Tous, de près ou de loin, de façon épistolaire ou téléphonique ou par mails, se sont empressés pour m'apporter de bienveillantes précisions.

Je remercie encore ici le Dr Muriel Salmona, l'équipe InterEditions-Dunod ainsi que Jean Henriët, son directeur éditorial, qui ont par leur maîtrise et leur bienveillance, donné vie aboutie à mon témoignage.

Noëlle Le Dréau

# Préface

Docteur Muriel Salmona<sup>1</sup>

**J**E NE PEUX QUE SALUER AVEC ÉMOTION la force de vie, le talent, la détermination et le courage de Noëlle Le Dréau. Tout au long de son ouvrage passionnant, avec une écriture généreuse et évocatrice, elle témoigne de son histoire, de sa volonté de comprendre coûte que coûte, et de sa quête exigeante de sa vérité, de la vérité de tout un univers familial miné depuis des générations par la violence, le silence et le déni, de la vérité universelle de vies fracassées par l'inceste. Vérité universelle de toutes les victimes qui sont abandonnées et condamnées au silence. Noëlle à cinquante ans osera braver cette loi du silence et dénoncer les violences incestueuses dans une tentative altruiste de partager une vérité qui aurait pu être libératrice pour tout un système familial empoisonné et enchaîné par le secret et une mise en scène mystificatrice, elle sera rejetée et exclue. C'est donc sans cette famille autiste, fermée sur elle-même, qu'accompagnée par son conjoint elle reconstruira son histoire, l'histoire de ses parents, celle de ses grands parents et des générations antérieures, et qu'elle rendra enfin justice non seulement à la petite fille terrorisée et traumatisée qu'elle était, mais aussi à tous les autres enfants terrorisés et traumatisés depuis plusieurs générations dans sa famille, et par extension qu'elle rendra justice à tous les enfants qui subissent la violence de l'inceste.

---

1. Psychiatre responsable de l'antenne 92 de l'institut de victimologie, formatrice en psychotraumatologie et en victimologie, présidente de l'association Mémoire traumatique et victimologie. <http://www.memoiretraumatique.org/>. Muriel Salmona, « Mémoire traumatique », in *L'Aide-mémoire de psychotraumatologie*, Paris, Dunod, 2008.

Si la violence est une atteinte à notre dignité et à nos droits fondamentaux à la vie et à la sécurité, le témoignage de Noëlle nous montre à quel point la violence de l'inceste opère un véritable meurtre identitaire et transgénérationnel. C'est l'incohérence de la violence de l'inceste, son non-sens absolu, sa négation de tout ce qui fait l'humain qui la rend particulièrement traumatisante.

Cette violence opère une déchirure du sens que nous donnons au monde et à notre existence, aux relations avec ceux qui nous entourent. Ce sens, cette cohérence, cette intime connaissance du monde qui nous habite et qui nous entoure est un tissu fragile que nous nous efforçons de tisser tout au long de notre vie, une enveloppe vivante en constant remaniement, une interface précieuse et indispensable. Grâce à ce sens nous avons un sentiment d'unité et d'appartenance à nous-même et au monde. Il nous permet non seulement d'exister comme un individu singulier, unique, avec son histoire, ses savoirs, ses émotions et ses sentiments, mais aussi comme un élément d'un tout universel, capable d'entrer en relation et d'être en empathie avec les autres, et de pouvoir les reconnaître dans leur singularité, avec leur histoire, leurs savoirs, leurs émotions et leurs sentiments. Il est ce filtre qui nous permet d'aimer et de nous transformer sans cesse en toute sécurité sans risque de nous perdre. La violence de l'inceste met à mal cette cohérence si nécessaire. À l'opposé de toute relation, elle s'impose et instrumentalise pour soumettre et détruire, elle impose une histoire, des émotions qui ne nous concernent pas, qui n'ont aucun sens dans notre réalité d'enfant. Elle nous fait jouer un rôle dans un scénario absurde et monstrueux, celui de l'agresseur.

La violence de l'inceste nie tout ce que nous sommes, notre personne, notre histoire, nos émotions, nos besoins fondamentaux, nos droits, notre sens de la vérité, de la justice, elle détruit tous nos repères. La violence ne peut pas être absorbée, ni métabolisée, elle fait effraction et entraîne une hémorragie psychique avec un vécu d'anéantissement, laissant une sensation de vide et de mort psychique. La violence de l'inceste balaie tout comme une tornade, elle fracasse tous ceux qui sont à son contact, fait voler en éclat tout le tissu familial, tous les liens.

Et si, comme pour Noëlle dans sa famille, personne ne vient dénoncer cette violence, la stopper et nous protéger, puis nous réanimer et nous aider à sortir du scénario en rétablissant du sens, elle met à mal tous les systèmes de défense psychologiques et livre notre cerveau à un stress tellement destructeur pour nos neurones que seul un mécanisme de sauvegarde exceptionnel nous permettra de survivre au prix de l'installation d'un trouble important de la mémoire : **la mémoire traumatique des violences qui fonctionnera comme un corps étranger inassimilable.**

Mémoire fantôme des violences, cette mémoire traumatique nous hantera sans fin, hantera nos proches, elle imposera ses propres lois, totalement incompréhensibles, et se comportera comme une bombe toujours prête à exploser en faisant revivre des souffrances indicibles, empêchant toute liberté par la menace qu'elle fait peser.

L'enveloppe déchirée par la violence devient alors une enveloppe vide avec une perte d'identité. La violence enkystée maintient béante la déchirure, et aucun des processus de réparation habituels ne permet plus de remplir l'enveloppe devenue tonneau des Danaïdes malgré les tentatives incessantes de colmatage des brèches. Ces tentatives font appel à des personnalités d'emprunt, accompagnées d'émotions et de sentiments douloureusement ressentis comme factices. Ces personnalités plaquées nous rendent interchangeables. La vie, devenue une mise en scène de la vie, est alors une lutte de tous les instants pour maintenir à tout prix un semblant de cohérence et ne pas sombrer dans le puits sans fond de la mort psychique par le vide, l'absence d'émotions et de sentiments.

Et Noëlle ne capitulera pas, sans relâche elle essaiera d'aimer malgré tout, d'être loyale et juste malgré tout, de redonner un sens à cette histoire familiale malgré tout. Pour se retrouver ainsi piégée dans un univers familial de violences totalement aliénant, il faut qu'il y ait des raisons terribles ! et ces raisons ne sont jamais liées à la victime, elles sont liées à une mémoire traumatique de violences que chaque agresseur a subie dans son passé, mémoire traumatique qu'il ne veut pas assumer, dont il ne veut rien savoir, et dont il s'agit pour lui de se débarrasser à tout prix sur autrui, quitte à y laisser son âme, car cette mémoire traumatique est perçue

comme une menace d'autodestruction et de folie insupportable. C'est cette histoire que Noëlle reconstituera pas à pas avec patience et détermination.

**L'inceste n'a rien à voir avec un désir sexuel**, c'est une violence insensée terriblement efficace pour s'anesthésier, pour se soulager. Le but de l'agresseur est d'imposer à une personne qu'il a sous sa main, comme son enfant, d'être son « esclave-soignant et son médicament » pour traiter sa mémoire traumatique, car la violence extrême est très efficace pour momentanément anesthésier un mal-être par un mécanisme neurobiologique de sauvegarde qui s'apparente à une disjonction au niveau du cerveau déclenché par le stress extrême que la violence produit. L'agresseur instrumentalise donc sa victime pour servir de fusible pour qu'il puisse disjoncter par procuration et s'anesthésier.

Et Noëlle nous montre dans son témoignage, combien nous avons besoin avant tout de vérité, de compréhension et de cohérence pour réparer cette déchirure du sens qu'opère une violence impensable telle que l'inceste. Et c'est un beau message d'espoir qu'elle nous donne. Pour lutter contre la violence nous avons besoin d'un monde juste et fraternel qui protégerait vraiment les victimes, un monde où l'égalité de droit pour tous les êtres humains serait respectée, un monde qui ne tiendrait plus de discours mystificateurs sur les femmes, les enfants, l'amour, l'éducation, la sexualité, le soin, le travail, mais un discours authentique sur les relations humaines où l'empathie et le respect des droits et de la dignité de chacun primerait. Et c'est ce monde auquel Noëlle veut nous faire croire, auquel nous voulons croire et pour lequel avec elle, nous devons tous nous battre. Ce livre nous en donne encore plus envie.



## Avant-propos

**M**A FAMILLE DE NAISSANCE (ma mère, ma fratrie, mes tantes...), ainsi que deux de mes trois enfants pourtant adultes, n'ont pas avalé le morceau ! Ma famille a explosé lorsque, tétanisée, j'ai enfin osé dire, à cinquante ans, avoir été victime d'inceste paternel. C'était en 1996, il y a quinze ans.

En sortant le secret de son tombeau, je n'avais pas imaginé la « Famille unie » plastifier mon vécu dans le déni, s'enrouler ainsi sur elle-même, d'un seul Corps, se mettant en quarantaine. S'excluant, m'excluant. violemment.

Démanteler ce fatras de mensonges déversés contre moi !

Le temps vint ainsi pour moi de ne plus être vaincue par ce chaos, par ce vide creusé, par ces relations parties en lambeaux, ces valeurs désagrégées comme si rien de sensé n'avait jamais compté entre nous, grands et petits.

Tenant à sauver ma peau pour ne pas ajouter d'épreuves à mon mari, ma famille d'origine et ma famille nucléaire, j'ai dû apprendre à faire « sans »... sans l'aîné ni la benjamine de mes trois enfants, sans ma mère, mes sœurs, frère, neveux, oncles et tantes... un parcours sombre, pourtant jonché d'humanités, et l'amour d'Alain m'a donné la force de réinventer ma vie, de libérer en moi ce livre tant de fois remanié et enrichi par un long chemin d'analyse psychologique, d'analyse et d'apprentissage psychogénéalogique.

Aujourd'hui, après ce travail personnel de plus de quatorze ans sur le lien familial qui m'a donné le recul nécessaire pour

analyser des situations complexes, je témoigne donc intimement et psychogénéalogiquement, afin :

- de faire œuvre utile dans le collectif ;
- donner des outils susceptibles de coopérer en faveur de la prévention de l'inceste et du mieux-être des personnes agressées et leurs accompagnants voulant bien accepter que l'« on peut s'en sortir », que l'on peut ne pas rester victime à vie, et se sentir un jour libéré du poids de cette trahison, de ce meurtre psychique qu'est l'inceste.

### **Être libéré de l'inceste pour moi, c'est :**

- ne plus se sentir coupable d'être victime de ce crime qui n'est pas imaginaire ;
- avoir senti peu à peu la colère s'apaiser en soi, jusqu'à disparaître ;
- avoir remarqué la dévalorisation de soi s'amenuiser ;
- avoir vu peu à peu décliner les symptômes physiques, émotionnels et mentaux (dépression, addictions, troubles du sommeil, de l'appétit...) ;
- se sentir récupérer de l'énergie, de la créativité, l'envie de vivre, et se mettre en action pour cela.

### **Se libérer de l'inceste avec la psychogénéalogie c'est :**

- avoir pris conscience que la famille n'a pas qu'une facette, elle ne s'inscrit pas dans une logique aussi banale que moi, papa, maman, mes frères et sœurs ; elle est un ensemble, dont chaque membre, vivant ou décédé, est interdépendant, héritier, transmetteur (et le plus souvent à son insu).

Ainsi, on inscrit dans les faits que l'on vit une existence interactive ;

- avec celles de tous les membres d'une famille, des groupes familiaux et des générations nous ayant précédé ;
- avec des logiques comportementales et des croyances aptes à produire une « survivance » de ce groupe dont nous sommes issus mais que nous faisons également vivre du seul fait d'en être né biologiquement (ou symboliquement lorsque l'on a été adopté).

Ainsi, pour survivre, par logique biologique, la famille est composée d'individus eux aussi pourvus d'émotions et de ressentis, capables du meilleur mais aussi de trahison, de secret, de non-protection de l'enfant, de duplicité le cas échéant, afin de ne pas trahir l'ordre de survie du groupe.

Chaque famille est composée de multitudes composantes s'inscrivant dans les contraintes et les lumières de la vie, avec des effets rétro-actifs, tels des systèmes se reproduisant ou se modélisant de générations en générations, de fratries en fratries. Recomposer l'Arbre des générations nous ayant précédé, le décrypter, fait naître en soi un sentiment d'appartenance, de compréhension, donne du sens à l'histoire familiale et par conséquent à la sienne propre.

Cela apporte un ressenti de pacification, chacun récupérant « sa » place :

- les morts dont on n'avait jamais entendu parler mais dont les deuils non faits, en écho, gênaient la famille sans que les efforts soient faits par les uns ou les autres pour identifier l'origine de ce malaise ;
- et les vivants, dont SOI.

### *But de la psychogénéalogie*

En résumé, en matière d'inceste, la psychogénéalogie a ce but de :

- démontrer visuellement le mécanisme et mettre en perspective les dynamiques transgénérationnelles ayant fait basculer l'immense désarroi du passé familial (souvent provoqué par des faits et/ou ressentis de violences, trahisons, injustices) dans un présent déstabilisant, déstabilisé, terriblement souffrant, pour exprimer une compréhension de la systémie ayant conduit à ce délit ;
- au fil du temps s'autoriser à y trouver « le sens » de ce non-sens ;
- se libérer de ces répercussions en chaîne de la famille incestueuse et du poids des émotions du drame, pour enfin se sentir et être libre progressivement de ce crime d'inceste, se sentir le droit de vivre, et, pour cela, mettre tout en place dans une conduite de succès.

## DÉMARCHE PSYCHOGÉNÉALOGIQUE

- Recueillir les informations du passé des membres de notre famille pour donner du sens à leurs inconsciences ou folles postures n'est parfois plus possible, de vive voix. Mais toutes, tous nous avons un acte d'état civil, et toutes, tous nous pouvons remonter au moins sur trois, quatre, voire cinq générations, grâce à la généalogie. Sauf cas exceptionnel de personnes issues de pays n'ayant plus ou jamais eu d'archives, tous nous avons le pouvoir d'aller de l'avant dans les vieux grimoires des archives contemporaines.

Une fiche technique se trouve en fin d'ouvrage.

- Puis, grâce à ces informations, dessiner sur un schéma, appelé génogramme, constitué de carrés et de ronds, ces « anciens », ces anciennes dont jusqu'à hier nous n'avions jamais pensé qu'ils nous avaient légué aussi de leurs silences, de leurs chagrins jamais guéris (des morts d'enfants, ou à la guerre, ou victimes d'intempéries, ou ruptures d'alliances, ou mésalliances, ou...)

Chemin faisant, la grille de lecture s'articule comme sur une partition de musique, parsemée de croches ou doubles croches, de pauses, de soupirs, mais aussi de répétitions... de cycles, de rythmes... et c'est ainsi que se déploie sous nos yeux, une multitude de logiques, d'explications des positionnements des uns avec les autres, de leurs conditionnements, des valeurs que chacun a fabriquées, transmis, des drames vécus par eux dont les échos ont ricoché dans l'espace-temps familial jusque dans le contemporain. Ainsi se dessine un lourd trajet de non-dits, de médits, de sens et de non-sens, explicitant, au moins un peu, les comportements même odieux de tel ou tel parent contre nous.

Cette découverte n'excuse personne, ni n'accuse. Elle revêt une importance majeure de décryptage de sens, de l'usurpation de ce qu'aurait dû être notre place dans notre famille et par répercussion dans la société. Nous devenons alors capables d'ouvrir une nouvelle expérience de vie.

**Ainsi, être libéré de l'inceste, pour moi, ce n'est pas se rendre amnésique.** C'est pouvoir « vivre avec » en ayant pris de la distance avec les blessures occasionnées.

C'est avoir, en soi, dégagé les ressentiments, les colères. C'est s'être désidentifié de la posture de victime, pour ne plus être prisonnier d'un système manipulateur et sclérosant. C'est être enfin ancré dans sa vie, la sienne, éclairée pourtant du monde ancien de la famille qui fut telle qu'elle fut, même si elle fut écorchée, éprouvée, violente, narcissique, hypocrite, comme la majorité des familles incestuelles. C'est aussi avoir accepté ces faits auxquels on ne peut rien changer.

Puis avoir transmis l'histoire de ces racines familiales et la nôtre oralement ou par écrit à nos enfants, petits-enfants, cousins, nièces, afin que l'organisation familiale puisse se faire désormais sans confusion, sans missions à récupérer, sans reproductions à opérer, mais avec conscience, si les individus le désirent.

Nous sommes devenus résidents de notre Vie.

### **Psychogénéalogie de l'inceste pour une prévention de l'inceste et de l'incestuel :**

Lorsque l'on a découvert que l'« ancien » se perpétue et se répète dans le présent, cette vision panoramique des générations et fratries de la famille nous permet d'anticiper les projections possibles du passé ou du présent dans le futur en revisitant les attitudes, comportements, croyances intégrées de la famille !

Repérer les mécanismes relationnels transgénérationnels (toujours contextualisés par rapport à l'environnement familial, structurel, sociétal, géographique), permet donc de

- protéger les enfants ;
- aider « l'autre parent » à s'alarmer, à identifier aussi ses propres croyances et comportements inconscients, à « voir réellement ce qui se passe vraiment dans son environnement, ALERTER » et protéger son enfant ;
- éduquer chacun, parents et jeunes adolescents, familles ou acteurs sociaux ;
- aider à repérer et prévenir sur les conditionnements du passage à l'acte possible de l'inceste ;

- aider les dynamiques relationnelles crues jusqu'alors par les acteurs tout bonnement affectueuses alors qu'elles sont confusionnelles, à s'équilibrer avec des changements constructifs.

Ce travail est un travail à long terme. On n'établit pas un génogramme en un jour, ni un mois, sauf si l'on possède déjà un arbre généalogique de trois à quatre générations avec les fratries.

Ce travail s'inscrit dans une durée.

Cependant il est immédiatement utile pour favoriser les prises de conscience, les changements de point de vue, prévenir, soulager et, progressivement, conduire à une possible résilience.

Noëlle Le Dréau, 2011

# Pour cadrer ma démarche

## DÉFINITION DE L'INCESTE ET L'INCESTUEL

### **Inceste**

L'inceste (du latin *incestus* : « impur ») désignait il y a peu une relation sexuelle soumise à un interdit entre membres de la même famille.

Grâce au militantisme de nombre de femmes et associations, la loi a fini par apporter, enfin, un autre degré d'humanité. L'agression sexuelle, tels les attouchements (entre autre) au sein d'une même famille sont considérés et condamnés au même titre que l'inceste.

### **Incestuel**

« L'incestuel sera ce qui dans la vie psychique individuelle et familiale porte l'empreinte de l'inceste sans qu'en soient nécessairement accomplies les formes génitales » (Paul-Claude Racamier, psychanalyste).

Il s'agit d'une dimension confusionnelle, voire fusionnelle, trouble mais pas toujours érotisée de façon consciente, et pourtant elle est tangible, sévissant à l'intérieur du groupe familial et des relations intergénérationnelles ou/et interfratries : on s'aime tant qu'on se mélange relationnellement, « on » entre et séjourne

aisément dans l'espace psychique et territorial de l'autre, on se « confusione »... « parce que je t'aime » !

« Incestuel » est ainsi un mot de transition qui introduit une résonance incestueuse, sans toutefois de passage à l'acte de l'inceste corporel dans l'instant, mais qui se passe dans un climat familial apparemment « nourri de bons sentiments », pourtant aux limites floues, poreuses, possessives, non définies, non contrôlées, privées du juste positionnement des membres dans leur différenciation, leur rôle et statut hiérarchique, leur rapport au corps, à l'habillement, à la nourriture, à l'entretien du linge, à l'aménagement de la vie commune et des territoires personnels, l'intimité psychique et/ou physique, l'argent. *L'incestuel répété dans plusieurs générations prépare l'inceste à plus ou moins longue échéance. L'incestuel est pour moi « incestueuse ».*

- Incesteur incestueuse : mots usuels pour qualifier celui ou celle qui commet l'inceste. Pour ma part j'emploie le terme incesteur ou incestueuse, lesquelles m'apparaissent beaucoup plus justes et signifiants.
- Incesté, incestée, mot usuel désignant celui ou celle qui est victime d'inceste. Pour ma part j'emploie le terme incestué(e).
- Inceste : « Les viols et les agressions sexuelles sont qualifiés d'incestueux lorsqu'ils sont commis au sein de la famille sur la personne d'un mineur par un ascendant, un frère, une sœur ou par toute autre personne, y compris s'il s'agit d'un concubin d'un membre de la famille, ayant sur la victime une autorité de droit ou de fait » (extraits art. 222-31-1, modifié par la loi n°2010-121 du 8 février 2010 – art. 1 <http://legifrance.gouv.fr/>).

### **Agressions sexuelles**

L'article 222-22 du code pénal donne une définition générale des agressions sexuelles : « Constitue une agression sexuelle toute atteinte sexuelle commise avec violence, contrainte, menace ou surprise ».

Ainsi, les relations sexuelles exercées par un couple dans une même chambre où dorment d'autres membres de la famille et



d'autant plus des enfants, sont une agression sexuelle. Comme le sont les attouchements, l'exhibitionnisme.

« Les actes supposent une pression psychologique ou physique sur la victime, d'où il ressort son absence de consentement. La violence peut être physique comme psychologique : le code pénal ne renvoie pas à un acte en particulier et ne pose aucune exigence d'intensité. La contrainte exercée est morale : elle correspond à une pression psychologique sur la victime qui se soumet à l'auteur. Les menaces invoquées par l'article 222-22 s'apparentent à un cas de contrainte : il appartient aux juges de déterminer s'il y a eu contrainte en fonction des faits.

La surprise correspond à une tromperie qui conduit la victime à se prêter aux actes de l'auteur : l'élément principal invoqué par la défense est l'absence de consentement : il s'agit de l'élément juridique principal qui caractérise cette infraction.

Comme le précise le code pénal, une agression sexuelle est constituée dès lors qu'elle est imposée à la victime... elle doit être considérée comme étant rigoureusement synonyme de celle d'attentats à la pudeur violents visée par l'Ancien Code Pénal. L'infraction consiste en des actes de nature sexuelle, autres que la pénétration sexuelle, imposés à autrui. L'intention criminelle consiste ici dans la connaissance par l'agent d'accomplir un acte immoral » (tiré de [http://www.conseils-avocats.com/droit-penal/agressionsexuelle/agression-sexuelle-4\\_387\\_388.html](http://www.conseils-avocats.com/droit-penal/agressionsexuelle/agression-sexuelle-4_387_388.html)).

## LA PSYCHOGÉNÉALOGIE

### **La psychogénéalogie ou analyse transgénérationnelle**

Elle est une exploration et analyse du système familial, des interactions et interdépendances diverses entre les individus et les générations.

Elle éclaire, dans le temps et l'espace, leurs logiques affectives, comportementales, sociales, territoriales, leurs complexités, dysfonctionnements et fonctionnements, leurs pesanteurs tout autant que leurs conséquences individuelles ou collectives.

Parmi ses nombreux bénéfices, cette exploration, procure, à soi, mais aussi à tout groupe familial, social, professionnel *sous condition que les personnes adhèrent au projet de changement pour un mieux*, un ressenti de compréhension de soi, de libération, d'humanité, de se ressentir enfin être « à sa place », plus apte à prendre son destin en mains, plus compréhensif face à la famille, avec un sens plus aiguisé

de la responsabilité individuelle et collective dans les relations de toute nature et pour ce qui concerne les transmissions familiales.

Elle est utilisée en thérapie individuelle, familiale, en développement personnel, en coaching individuel.

**L'outil principal de la psychogénéalogie, le géno(socio)-gramme, est un schéma panoramique de notre famille**, un moyen pertinent pour repérer les systèmes, les effets et répétitions du passé familial dans le présent. Avec des clés de lecture simples, on découvre aisément comment ont été parfois transmis des valeurs ou aspects positifs dans notre famille, mais aussi ce qui peut participer à certains blocages amoureux, affectifs, clivages relationnels (au sein de la famille comme dans le social), comportements déstabilisants, freins d'évolution, accidents de santé, croyances limitantes qui perturbent la vie, génèrent des conflits ou des positionnements individuels ou de groupes allant à l'encontre d'une écologie individuelle et relationnelle harmonieuse.

En dénouant les fils du passé familial jusqu'ici et maintenant, l'étude transgénérationnelle alors, permettant de se positionner et de repositionner les membres de la famille à leur place hiérarchique et affective, fraternelle, amoureuse, sociale, etc. :

- donne une meilleure compréhension :
  - de soi, de nos fonctionnements et de nos choix ;
  - des contemporains ou décédés de la famille, leurs choix, leurs valeurs, certaines causes d'événements ;
- conforte nos besoins fondamentaux : physiologiques, de sécurité, d'appartenance, d'estime, d'accomplissement<sup>1</sup> ;
- apporte un confort relationnel de soi à soi mais aussi de soi aux autres dans le tissu familial, social et du travail ;
- génère de l'énergie, ainsi que cet espace de liberté nécessaire pour s'émanciper du passé, se définir, se (re)construire, se stabiliser et s'épanouir.

---

1. Tiré de la Pyramide de Maslow qui est une classification hiérarchique des besoins humains.

J'insiste personnellement sur les obligations de vérifications pour étayer toute étude psychogénéalogique.

Elle doit s'appuyer sur des preuves généalogiques, les actes ayant valeur d'exégèse ; comme des trésors vivants, ils nous entraînent à la découverte de nos empreintes factuelles dans le registre comptable de la mémoire collective familiale.



Partie

I

## L'INCESTE, UNE BOMBE À RETARDEMENT

- « 26 % des Français déclarent connaître au moins une personne victime d'inceste dans leur entourage.
- 19 % des Français déclarent connaître une (12 %), voire plusieurs personnes (7 %), ayant subi des agressions sexuelles comme des attouchements ou des caresses.
- 13 % connaissent une (8 %) ou plusieurs personnes (5 %) ayant été victimes de viols.
- 11 % et 9 % affirment qu'un ou plusieurs membres de leur entourage ont subi des actes d'exhibitionnisme ou fait l'objet de confidences répétées à caractère sexuel.
- Seules 3 % des personnes interrogées connaissent une ou plusieurs personnes ayant été obligées de poser pour des photographies érotiques ou pornographiques durant leur enfance ou leur adolescence.
- L'examen détaillé des réponses révèle que les femmes sont plus nombreuses que les hommes à déclarer connaître au moins une personne victime d'inceste (32 %, contre 20 % des hommes)... »  
(extrait du sondage 2010 IPSOS-AIVI)

