

Conversations autour de l'inceste et de l'incestuel – Épisode 3

La sexualité après l'inceste : de l'emprise à la reconstruction

avec **Marc-André Cotton** et **Katouchka Van Ditzhuyzen**

***Résumé :** Dans ce troisième épisode, Marc-André Cotton et Katouchka Van Ditzhuyzen abordent les conséquences de l'inceste sur la vie affective et sexuelle. Katouchka revient sur la confusion entre amour, attention et sexualité qui l'a conduite à parler d'« inceste amoureux » — non pour atténuer la responsabilité de l'adulte, mais pour décrire le vécu de l'adolescente qu'elle était. Elle évoque la honte, la perte de l'estime de soi, le faux self et la répétition de relations marquées par l'emprise, notamment à travers son expérience du téléphone rose. La conversation montre aussi comment l'inceste s'inscrit dans un système familial fait de silences, de déni et de transmissions transgénérationnelles. Katouchka explique enfin comment un long travail thérapeutique lui a permis de retrouver son identité, de reconstruire sa sexualité et de sortir progressivement de l'emprise. L'épisode interroge également la reconnaissance sociale et judiciaire de l'inceste, la question du pardon et l'accompagnement thérapeutique des victimes comme des auteurs.*

***Mots-clés :** inceste, incestuel, inceste amoureux, violences sexuelles incestueuses, psychotraumatisme, sexualité après l'inceste, confusion des langues, emprise, honte, culpabilité, faux self, hypersexualisation, répétition traumatique, stratégie de survie, estime de soi, thérapie, système familial, silence maternel, transmission transgénérationnelle, reconstruction identitaire.*

Bonjour à toutes et à tous et merci d'être là avec nous pour ce troisième podcast autour de l'inceste et de l'incestuel. Je m'appelle Marc-André Cotton, psychohistorien, éditeur du site Regard conscient, et mon invitée, Katouchka Van Ditzhuyzen, est psychologue clinicienne et gestalt-thérapeute, autrice de « La face cachée de l'inceste : de l'emprise à la femme libre », un récit de vie où elle revient longuement sur son expérience de l'inceste. Bonjour Katouchka.

KC : Bonjour Marc.

MAC : Dans une première conversation, nous avons évoqué l'avènement de ton livre qui a permis de sortir du silence. Nous avons parlé de nos familles respectives où soufflait « le vent de l'inceste », comme dit Paul-Claude Racamier, sans qu'il n'y ait forcément passage à l'acte. Pour toi, il y a bien eu cette confusion de rôle qui conduit à l'inceste dans un contexte historique de libération sexuelle dont on revient aujourd'hui. Nous avons consacré un second épisode au chaos de l'anorexie et à la boulimie, deux symptômes du psychotraumatisme, comme on sait. Une épreuve, des épreuves que tu as traversées non sans d'énormes difficultés, un incroyable courage. Et là, nous voulons aborder cette question délicate de la sexualité après l'inceste, avec encore une fois ton propre vécu comme point de départ. J'ajouterai que depuis quelques mois, la question de l'inceste a gagné en visibilité avec les travaux de la commission d'enquête de l'Assemblée

nationale sur le traitement judiciaire des violences sexuelles incestueuses, qui a rendu son rapport, euh, au début du mois de juillet dernier. Alors, Katouchka, comment parler de sexualité après l'inceste que tu as subi ? Qu'est-ce que tu as envie d'en dire aujourd'hui ?

KC : C'est un sujet très vaste et je pense que je ne peux pas parler de sexualité au sens strict du terme. Peut-être qu'il faut ouvrir à : qu'est-ce qui s'est passé pour cette jeune fille, puis cette femme que j'ai été, autour de ses relations affectives, amoureuses, sexuelles aussi, bien sûr. Enfin, ça va être un peu tout ça qu'il va falloir aborder. Et peut-être le premier point dont je veux parler, c'est, et tu le sais, Marc, au départ, mon livre, j'aurais voulu l'intituler « L'inceste amoureux ». Alors, bien sûr, ce titre peut paraître extrêmement controversé. Qu'est-ce que c'est que cet inceste amoureux ? On pourrait même mettre « amoureux » entre guillemets. Mais vraiment, cette jeune fille que j'ai été, c'est ça qu'elle a vécu. C'est-à-dire un amour vrai, pur, pour son père. Et c'est son père qui a perverti cet amour. Mais en même temps, je pense que là, probablement, il y a un manque de vocabulaire. Cette jeune fille était amoureuse de ce, de ce père. Alors, comment dire les choses ? Ça peut créer un malentendu terrible. Et en même temps, c'est ça que j'ai vécu. J'ai vécu un inceste amoureux.

MAC : Jusqu'en 2010, l'inceste est compris en droit pénal comme une circonstance aggravante de crimes sexuels commis sur une personne mineure par un ascendant ou une personne ayant autorité. Et depuis, le législateur a introduit dans ces cas-là une surqualification d'inceste. On parle maintenant de violences sexuelles incestueuses et la définition de l'inceste a été élargie. Alors si on s'intéresse aux travaux de la commission sur l'inceste, eh bien, on voit qu'elle déplore vraiment, encore aujourd'hui, que le droit pénal ne reconnaisse pas pleinement la nature spécifique de ce crime, à savoir non seulement un viol ou une agression à caractère sexuel, mais également une atteinte à la filiation, une trahison de la fonction parentale. Et avec l'idée de, d'un inceste amoureux, on est, je pense, en plein dans cette confusion.

KC : Tout à fait. D'ailleurs, ce mot d'inceste amoureux m'a été évoqué par un psychanalyste avec qui j'ai travaillé longtemps, puisque c'est la thérapie qui m'a aidée à me sortir de ce chaos de l'inceste. C'est lui, au départ, qui a dit ce terme qui peut éveiller des malentendus et des controverses. Et je pense que moi-même, jeune fille et, encore beaucoup plus tard la femme que je suis devenue, eh bien, j'ai minimisé cet inceste parce que justement, je l'ai confondu avec l'amour. Et d'autre part, dans mon cas de figure, ou en tout cas, je n'en ai pas le souvenir précis, il n'y a pas eu pénétration. Et donc, est-ce que c'est un inceste ? Je me suis vraiment posé cette question. Voilà ce que je peux dire pour le moment.

Entre plaisir, excitation et honte

MAC : J'aimerais lire un passage de ton livre, si tu le veux bien. Tu as alors 13 ans. Voilà ce que tu écris :

« Papa m'aime. Il vient me voir chaque soir dans son pyjama rayé parce que je lui dis que je n'arrive pas à dormir. Il se dirige vers moi, s'assoit d'abord, puis se penche pour m'embrasser avec sa langue. Il entrouvre mes lèvres avec sa langue. Je suis béate, je laisse faire, je suis en amour, je tombe en amour et c'est le plaisir que j'éprouve. Ce sont mes premières expériences érotiques. C'est mon secret, c'est fermé comme une pièce dont je garde la clé cachée. J'en oublie la cachette. »

Alors, Katouchka, qu'est-ce qui s'est passé là ? Tu parles du plaisir que tu éprouves, mais ça reste un mystère pendant très longtemps, n'est-ce pas ?

KC : Oui, on en a beaucoup parlé de ce terme de plaisir. Est-ce qu'une adolescente peut éprouver du plaisir ? Est-ce vraiment un plaisir ? J'ai le souvenir d'un podcast que j'ai fait avec Bruno Clavier et on parlait ensemble. On s'est dit que c'était peut-être plutôt de l'ordre d'une excitation, l'excitation dans un corps de jeune fille, puisque j'étais adolescente, je pouvais éprouver des choses. Mais est-ce que c'est vraiment du plaisir ? Eh bien, je suis encore dans le doute aujourd'hui, finalement. Oui, c'est de l'excitation et en même temps, je pense que mes premières expériences érotiques, et le texte le dit bien, c'est avec mon père, mais ce plaisir est devenu complètement honteux, enfermé, caché.

MAC : Oui, il y a de l'attention qui t'est donnée, mais c'est une attention perversie, voire perverse. Je crois que tu utilises ce terme. Et il me semble qu'on est là dans ce que Sándor Ferenczi appelait « *la confusion de langue entre l'enfant ou l'adolescent et l'adulte* », dans un article qu'il a écrit peu avant sa mort, en 1933. Pour lui, l'enfant recherche la proximité, la sécurité affective dans un registre de tendresse présexuelle. On pourrait aussi parler des besoins de l'adolescente que tu étais. L'adulte abuseur y répond par le langage de la passion sexuelle. Il y a donc un renversement du registre relationnel qui oblige l'enfant, qui t'a obligée, à intérioriser la réalité sexuelle de l'adulte, à vivre avec ce sentiment de culpabilité qui est à l'origine celui de ton abuseur. Alors voilà ce qu'a écrit Ferenczi. Je le cite :

« Les séductions incestueuses se produisent habituellement ainsi : un adulte et un enfant s'aiment. L'enfant a des fantasmes ludiques, comme de jouer un rôle maternel à l'égard de l'adulte. Ce jeu peut prendre une forme érotique, mais il reste pourtant toujours au niveau de la tendresse. Il n'en est pas de même chez les adultes ayant des prédispositions psychopathologiques. Ils confondent, ces adultes donc, les jeux de l'enfant avec les désirs d'une personne ayant atteint la maturité sexuelle et se laissent entraîner à des actes sexuels sans penser aux conséquences. »

C'est la fin de la citation. Donc, après le recul de quelques trente années de thérapie, après l'écriture de ton récit de vie, peux-tu parler des conséquences sur ta vie de jeune fille et de femme ?

KC : Je pense qu'au départ, il y a vraiment, c'est ça qui est important de voir, aucune conscience que je vais répéter dans ma vie de jeune fille, puis de femme, je vais répéter le traumatisme de l'abus. Comment ? Eh bien, en fait, je vais exister uniquement à travers la jouissance de l'homme, à travers le désir de l'homme. Un autre symptôme du psychotraumatisme, c'est ce qu'on appelle l'hypersexualisation. Dans mon cas de figure, je n'aime pas trop ce terme parce que ça pourrait évoquer une addiction au sexe, qui existe d'ailleurs comme symptôme du psychotrauma. Mais dans mon expérience, c'est plutôt une quête éperdue, une quête épuisante d'hommes, de partenaires qui pourraient en fait m'apporter de l'amour et bien sûr de la sexualité, puisque mon histoire, tout au départ, est empreinte de sexualité. Je l'ai dit à plusieurs reprises et tu l'as dit aussi, cette attention que mon père me portait, est-ce qu'on peut parler d'attention ? Je ne sais pas. En tout cas, elle a été perversie par son propre besoin pervers. Il y a cette recherche éperdue de partenaires où je n'existe que dans le désir de l'autre. Et finalement, je pourrais presque parler d'une forme de « faux self ». C'est un terme de Winnicott, où je n'existe pas par moi-même. D'ailleurs, dans cette sexualité que je peux avoir avec ces hommes, moi, je recherche essentiellement de l'attention à ce que je suis, de l'amour, et je n'ai aucun plaisir sexuel. Qu'est-ce qui va se passer ? Je feins, je fais semblant. Donc, je ne sais pas si on peut parler

d'hypersexualisation. En tout cas, on peut parler d'une stratégie de survie qui me permet de continuer de vivre comme je peux, mais c'est toujours une relation où il y a de l'emprise.

MAC : Tu parles même dans ton livre d'une manière d'être au monde, d'une forme de fuite en avant. Et maintenant, tu évoques cette question de la stratégie de survie. Il y a une survie qui est en jeu pour cette adolescente devenue adulte, tout juste sortie d'une longue période d'anorexie qui a failli te coûter la vie, rappelons-le. Donc cette stratégie, qu'est-ce qu'elle représente pour toi intérieurement ?

KC : De toute façon, je pense que quand on a vécu un tel chaos, une telle confusion, on va mettre en place des issues qu'on peut appeler de survie. C'est-à-dire qu'au départ, on ne vit pas. Il m'a fallu énormément de temps. Aujourd'hui, j'ai 66 ans, donc énormément de temps pour pouvoir retrouver des relations beaucoup plus équilibrées. Mais au départ, on est dans la survie. On ne le sait pas, d'ailleurs. On ne le sait pas, au départ. Je ne sais pas que je vais répéter avec les hommes qui vont jalonner ma vie, dont mon mari, dont des amants que j'ai eus, etc. Je ne sais pas que je répète le traumatisme de l'inceste, où j'ai été abusée, où j'ai été malmenée, où j'ai été dans une emprise. Est-ce que c'est opportun que je parle maintenant, par exemple, d'une expérience, Marc, dont je t'ai parlé, dont je parle dans le livre, qui s'appelle « Le Téléphone rose » ? Ça, pour moi, c'est une stratégie de survie.

Le téléphone rose comme stratégie de survie

KC : Alors, le, le téléphone rose, c'est quoi ? C'est une forme de prostitution. D'ailleurs, nous savons qu'il y a beaucoup de prostituées qui ont des histoires d'abus, d'inceste, de maltraitance. Dans mon cas de figure, le téléphone rose, c'est une espèce de répétition du traumatisme. Je vais sur mon traumatisme, mais j'essaye activement d'en tirer quelque chose pour ne plus le subir. Il y a une espèce de revanche que je prends sur ces hommes. C'est quoi le téléphone rose ? Je vends ma voix. J'ai envie de dire : « *Heureusement, j'ai pas vendu mon corps* », mais je vends ma voix. Ces hommes vont vers leur jouissance, le plus vite possible d'ailleurs, parce qu'il y a toute une histoire commerciale derrière. Et moi, j'en retire quelque part une espèce de bénéfice, parce que d'une certaine manière, je les utilise aussi. Ça, c'est une stratégie de survie où j'essaye petit à petit de me sortir du traumatisme comme je peux, jusqu'à ce que la thérapie va me donner suffisamment de conscience de ce que j'ai vécu, donc de cette capacité à penser le traumatisme pour pouvoir prendre du recul et aller vers quelque chose qui soit beaucoup plus créatif que ces issues-là.

MAC : Et comment ça se passe concrètement, le téléphone rose ?

KC : Le téléphone rose, je pense qu'au moment où, je le dis dans le livre, je vois une annonce. J'étais dans un moment extrêmement perdu, parce qu'il faut voir que tous ces hommes que je côtoie, et qui sont souvent d'ailleurs des hommes mariés, des hommes pas disponibles, c'est toujours des amours complètement impossibles. À un moment donné, ils me laissent tomber, comme mon père m'a laissée tomber, chuter. On l'a vu, à ce moment-là, j'ai fait une anorexie mentale grave. Eh bien, à un moment donné de mon histoire, je suis une jeune femme, un de ces partenaires me met dehors et je me retrouve sans rien. Je n'existe plus puisque je n'existe plus dans le regard de quelqu'un. Là, je découvre cette annonce. Sans l'expliquer, c'est là où y a pas du tout de distance et de capacité à penser, je fonce sur cette annonce : « *Recherche une hôtesse pour le téléphone rose.* » Et je deviens une hôtesse extrêmement performante parce que, eh bien voilà,

c'est là l'histoire de la revanche que je peux prendre sur ces hommes, mais sans en avoir conscience, encore une fois.

MAC : À un moment donné, tu réalises qu'il y a quelque chose de répétitif, dans ta vie affective, tu l'as dit, et que le schéma se répète avec, dans un premier temps, un élan vers le désir de l'autre pour qu'il puisse combler le manque de désir que tu as toi-même et que, dans cette manière de faire, tu vas toujours retrouver au bout l'abus que tu as subi de ton père et donc que tu restes dans une forme d'emprise, même si tu as un certain pouvoir sur les hommes que tu rencontres à travers le téléphone rose.

KC : Complètement. Et puis le téléphone rose, ça va être une période de ma vie. Ensuite, je vais me marier, je vais avoir un enfant, mais ça veut pas dire que ça va être tout gagné. Même mon mariage avec un homme qui va me donner un certain équilibre. À nouveau, y a une forme d'emprise, finalement, avec cet homme beaucoup plus âgé que moi. Je voudrais quand même dire que tous ces hommes qui ont jalonné mon chemin, d'une certaine manière, je les ai aimés ou en tout cas, je cherchais profondément leur amour qu'ils ne me donnaient pas toujours. On l'a bien vu. Mais moi, je recherchais vraiment cet amour, et qu'il y ait aussi une continuité, que cette relation devienne pérenne et qu'il y ait aussi de la sexualité, puisque c'était ça qu'on m'avait donné au départ, à l'âge de 12, 13 ans, que mon père m'avait mise sur cette voie-là et que le disque était fait de cette manière. Donc, il a fallu que je reconstruise les choses pour que je puisse petit à petit nouer des relations où il n'y ait pas forcément de la sexualité, mais où il y ait le plaisir de la découverte de l'autre. Parce que ça, finalement, je ne connaissais pas. Ça, ça m'a été enlevé par mon père. Et qu'est-ce qui a permis ça ? J'ai envie de dire la thérapie. La thérapie, c'est quoi ? C'est à l'occasion de la rencontre avec un autre, parce qu'on rencontre quelqu'un dans la thérapie, qu'on va petit à petit mettre de la distance, regarder ce qui s'est passé et se sortir, même si c'est très long, se sortir de cette nature troublée à la relation à l'autre et à l'environnement.

Sortir du téléphone rose sans sortir de l'emprise

KC : Comment je renonce à cette activité ? En fait, je renonce à cette activité parce que je sors avec le patron.

MAC : [rire]

KC : Tu vois le truc, hein ? C'est-à-dire que le patron va voir que je suis une très, très bonne hôtesse, que je lui fais gagner beaucoup d'argent. Lui, il est patron de cette boîte et il va me dire : « *Ben, tu vas devenir cadre et tu vas former d'autres hôtesse.* » Donc, je suis toujours dans le même système, mais je vais me remettre dans une autre emprise, l'emprise avec cet homme, duquel je vais me sortir. Toujours pareil, répétition, parce qu'il va me tromper, bien évidemment. Et à un moment donné, dans le désespoir du désespoir, je vais me dire : « *C'est fini, quoi. Faut que je le quitte parce que je n'arrête pas d'être trompée.* » Et je vais le quitter et c'est là où je vais rencontrer dans un groupe de recherche clinique, parce que mon ex-mari a le même métier que moi, enfin, il est psychiatre. Je vais le rencontrer dans un groupe de travail et je vais me marier avec cet homme beaucoup plus âgé que moi.

MAC : Quand on parle d'inceste, on parle véritablement d'un berceau des dominations, comme le dit Dorothee Dussy. Et là, cela va rayonner non pas seulement dans ta sexualité, mais aussi dans ton rapport aux autres, en particulier aux garçons, aux hommes, où tu vas retrouver quelque part toujours ce père, avec un sentiment de honte dont tu as parlé. Et je me suis demandé en t'écoutant

s'il t'était possible aujourd'hui de voir que c'était peut-être lui qui avait honte de ce qu'il faisait et que toi, tu as été colonisée par cette honte. Est-ce que ça résonne en toi ?

KC : Ça m'évoque vraiment les livres de Muriel Salmona, ce que tu dis, ce basculement. Ça m'évoque aussi des patientes qui travaillent avec moi, victimes d'abus, d'inceste, c'est-à-dire pendant très longtemps, mais vraiment plusieurs années, c'est pas deux, trois ans. C'était moi la responsable. C'était moi la coupable. Y avait la honte qui était derrière. La honte, elle est venue après dans la thérapie. Elle a été cachée pendant tellement longtemps parce que c'est un affect qui est tellement terrible à ressentir. Je suis coupable, responsable de tout ce qui s'est passé avec mon père. Et effectivement, je pense que si lui ne peut pas ressentir cette culpabilité, cette responsabilité de ses actes, c'est sa victime, en l'occurrence moi, qui l'ai ressentie.

MAC : Et là, tu parles encore une fois de l'importance du parcours thérapeutique, à la fois en tant que patiente et en tant que thérapeute, puisque tu es devenue thérapeute dans l'intervalle. Et je pense que ces mécanismes d'emprise, on ne peut pas simplement les résoudre par des lectures. À un moment donné, y a ce phénomène où l'on se voit répéter, où l'on se voit constamment être abusé.

KC : Exactement. La thérapie, c'est à l'occasion de la rencontre avec quelqu'un, avec un autre, un thérapeute, il va m'aider à mettre des éclairages sur mes expériences de vie. Si je n'ai pas ça, pour toutes les histoires d'abus, d'inceste, de maltraitance, je ne sais pas comment on peut s'en sortir. Peut-être avec l'art, peut-être. C'est pas mon livre qui m'a permis ça, c'est pas l'écriture de mon livre. Moi, c'est vraiment un parcours d'une vingtaine d'années de thérapie avec différents thérapeutes qui vont me permettre de regarder mes répétitions. J'ai toujours eu le goût de la vie et le goût de me rencontrer moi-même. Et là, je suis encore dans une espèce de faux self. J'ai pas de plaisir avec mes partenaires. Je ne sais pas ce que c'est qu'une sexualité épanouie. Même avec mon mari, c'est très difficile. Là, je vais avoir cette quête, petit à petit, de me rencontrer, moi, grâce à la thérapie. Peut-être, je reviens sur, ou je décline un peu ce qui s'est passé au cours de mon mariage. À un moment donné, étant donné que je vis très peu de sexualité avec mon mari, je vais avoir ce qu'on appelle, et j'en parle dans le livre, des amants. Toujours pareil, là encore, des hommes mariés. Donc forcément, répétition, des déceptions. Après la sexualité, l'homme repart dans sa vie. Et moi, je me retrouve en plan. Le dernier amant, j'en parle dans le livre, ce que j'appelle le dernier amant, c'est un homme qui a mon âge et qui va... Alors qui est pas du tout de mon niveau intellectuel, je dirais. On a une grande différence. Encore une fois, tu vois la différence : fillette, papa, la femme mariée avec l'homme d'âge mûr. Là, y a une différence de maturité psychique avec ce dernier amant, mais lui, il va m'apporter la continuité dans une relation où y a de l'amour, y a beaucoup d'affection et y a de la sexualité. Et ça va marcher quand même sur plusieurs années. Ça va réparer ma sexualité. Avec cet homme, je répare ma sexualité. Je suis toujours en thérapie, mais je découvre le plaisir parce qu'il va prendre son temps, parce qu'il va pas du tout être stressé par : « *Va-t-elle ou pas trouver du plaisir ?* » Il est pas du tout là-dedans, il est dans la relation. Et ça, ça va être vraiment réparateur pour moi. Mais je suis déjà à un endroit où je fais attention à moi et pas qu'à lui.

MAC : Pour être dans la relation, tu dois pouvoir être avec toi-même et encore une fois, ne pas être penché vers le désir de, de l'autre.

Le faux self comme protection

MAC : Est-ce qu'on pourrait en dire quelque chose de plus de ce faux self que tu as construit ? Tu nous l'as bien montré. Il a un rôle ? Il faut le laisser ? Est-ce que c'est bien, est-ce que c'est mal d'être dans cet état de non-soi, finalement ? Et tu as parlé d'une stratégie de survie. Aujourd'hui, lorsque tu as des patientes qui sont dans cet état de faux self, quel message est-ce qu'elles reçoivent de toi par rapport à cet état-là ?

KC : Moi, je les suis, mes patients et mes patientes. C'est pas moi qui donne l'impulsion, parce que je pense que le faux self nous protège. Moi, je ne suis plus du tout là-dedans, bien sûr. Ça a été ma quête, ça a été un cheval de bataille de me rencontrer moi-même et d'être vraie, d'abord avec moi et ensuite avec l'autre. Mais je pense que quand une personne est encore dans ce faux self, c'est qu'elle en a besoin, c'est qu'elle se protège. C'est comme une personne qui a des symptômes de boulimie ou d'anorexie, elle en a besoin.

MAC : Alors, elle se protège de quoi avec le faux self ?

KC : Je pense qu'elle se protège de se rencontrer elle-même. Tu te rends compte que exister par soi-même, quand on ne s'est pas construit au départ avec ça, mais c'est terrible. Je veux dire, au départ, on n'est rien. Le faux self, on est quand même un petit peu quelque chose. On est faux, mais on est quand même un petit peu quelque chose. Et on est dans le désir de l'autre.

MAC : Ça montre jusqu'où il y a eu perte de l'estime de soi. C'est-à-dire que la perte de l'estime de soi, c'est un puits sans fond. Donc, on se protège de cette négation de l'être en soi. Est-ce que ça te paraît cohérent ?

KC : Tout à fait. D'abord, il n'y a pas d'estime de soi, puisqu'on ne se connaît pas soi-même. On n'existe pas par soi-même. Donc, on ne s'aime pas. Tout le travail va être la reconstruction de son identité. L'inceste, c'est une déconstruction, c'est une déconstruction identitaire. Donc, ça va être toute la reconstruction de l'identité, de l'estime de soi, se trouver une personne aimable, au sens large du terme. Ça va être vraiment un très, très long travail.

MAC : Et là, ça nous parle aussi de l'importance de la parentalité. Le regard du parent, eh bien, c'est de confirmer constamment l'enfant à tous les stades de son développement, y compris dans cette joie qu'il a, dans cet élan d'amour qu'il a envers son parent, sans confusion, n'est-ce pas ? Puisque, on l'a vu, ton père s'engouffre dans cette blessure. Et donc ça montre, je crois, en négatif, combien il est important de recevoir constamment cette confirmation des parents depuis le tout début. Et là, ça me donne envie d'introduire la figure maternelle, si tu veux. Tu dis quelque chose d'assez particulier de cette famille incestueuse en parlant de l'analogie avec Barbe Bleue, le conte de Barbe Bleue. Voilà ce que tu écris :

« Ma famille, c'est comme Barbe Bleue, que ma mère nous raconte. Barbe Bleue, c'est quand on profite de la blessure de l'autre. C'est là que le combat commence. C'est ça, ma famille. Les engueulades chez nous, c'est à cause de ce que papa fait avec la blessure de maman. Il connaît sa blessure, il en profite. L'atmosphère est incestueuse depuis très longtemps. Bien sûr, à l'époque, je ne connais pas ce mot. »

On est là dans une configuration où tant le père incestueux que la mère, incestuelle peut-être, vont interagir, notamment par le silence maternel, mais certainement d'autres choses. Qu'est-ce que tu vois aujourd'hui de cette ambiance « Barbe Bleue », dans ta famille ?

KC : Ce que je peux dire, c'est que l'inceste, ce n'est jamais qu'un parent et un enfant. C'est pris aussi dans un système. Le système, c'est une mère qui, on le voit bien quand il y a un passage à l'acte vraiment incestueux dans mon histoire, ma mère part à l'hôpital.

MAC : Elle ne voit pas.

KC : Elle ne voit pas. Je pense que ma mère a tout vu de l'intérieur. Si je lui dis ça, elle s'effondre. Elle est encore en vie, elle est très âgée, elle a tout vu de l'intérieur, mais elle ne peut pas protéger ni dire, parce que elle-même, des raisons de son histoire, est dans une emprise avec mon père, comme probablement, elle a été dans une emprise avec son propre père, qui était un homme extrêmement autoritaire. Et donc, elle n'existe pas beaucoup, ma mère. Et donc ce secret, silence, tu ne diras rien, silenciation, déni, il ne se passe rien. Une mère qui ne peut pas protéger parce qu'elle est aveugle, parce qu'elle ne peut pas voir ou elle ne veut pas voir, peut pas, veut pas, bon, va participer à la répétition de l'inceste. D'ailleurs, quand je dis à ma mère, au moment de l'anorexie, quand je suis vraiment très maigre : « *Il s'est passé des choses entre papa et moi* », ma mère tombe des nues. Mais elle ne soutient pas sa fille à ce moment-là. Je ne me souviens pas de paroles affectueuses où elle me prendrait dans ses bras, etc. Certes, elle me guide vers un psychiatre. « *Il faut que tu parles à quelqu'un.* » Heureusement qu'elle a fait ça.

MAC : D'où l'importance d'ailleurs de ces témoins secourables, d'une personne comme ce psychiatre qui va te dire : « *Nous sommes là pour vous aider.* » Et tu vas retrouver des personnes de ce genre-là, des thérapeutes, peut-être ultimement ton mari. Voilà, ce sont des gens qui vont t'aider. Alors que dans ta famille, cette aide, tu ne l'as pas trouvée.

Manque maternel et semblant d'amour

KC : Non. Je pense que ma mère est extrêmement angoissée. C'est normal, elle n'existe pas beaucoup par elle-même. Quand on n'existe pas beaucoup par soi-même, on n'a pas de colonne vertébrale psychique. Donc, je pense qu'elle est extrêmement angoissée et elle a une relation avec nous, notamment à travers la maladie, la maladie physique, une espèce de sollicitation anxieuse en permanence. Sollicitude, pardon, pas sollicitation. Sollicitude anxieuse. Je n'ai pas vécu de contenant, quelque chose d'enveloppant, quelque chose de maternel. Je ne connais pas ça. Je ne connais pas cette couleur-là. Et c'est pour ça que je me suis précipitée d'ailleurs dans les bras de mon père, qui lui me donnait quelque chose d'enveloppant, qui est devenu pervers, très rapidement d'ailleurs, puisqu'il nous lavait dans la baignoire depuis toute petite. Mais je me suis précipitée là où ça donnait un semblant d'amour.

MAC : On retrouve cette blessure dont on a parlé, dans laquelle s'engouffre le parent pervers, l'abuseur, à cet endroit-là.

KC : Tu dis qu'il s'engouffre, il pénètre dans cette blessure. Oui, il pénètre dans la blessure d'un manque maternel énorme, tu as raison, et il effracte en prenant quelque chose. Voilà les images qui me viennent. C'est quand même quelque chose de très fort. C'est une effraction de mon psychisme, de mon corps, de mon âme. C'est ça, l'inceste, avec toutes les conséquences dont nous parlons, qui vont teinter la nature de mes relations aux femmes et aux hommes. Aux femmes aussi, aux femmes, bien sûr. Pourquoi ? Parce que la femme est là uniquement comme une rivale. C'est quand même important ! Elle va me ravir un être aimé, mon amoureux, mon bien-aimé, potentiellement. Elle n'est là que pour ça. Et en plus de ça, elle sera toujours plus belle. Très important le physique, hein. Mon père était très centré sur nos physiques, sur mon physique, sur le

physique des femmes. Elle sera toujours plus belle que moi, plus jeune que moi, plus intelligente que moi. Toujours. Et alors là, moi, je vais dire, ça a été mon combat toute ma vie. Comment vais-je faire avec toutes ces femmes qui m'entourent, qui vont me ravir mon bien-aimé et qui, même sur le plan professionnel, seront meilleures que moi, etc. Tu vois ? Comment ne pas me comparer constamment ?

MAC : Et donc là, on retrouve la quête d'une estime de soi que tu n'as pas reçue du regard de tes figures parentales.

KC : Tout à fait.

Transmission familiale et reconnaissance sociale

MAC : Je pense qu'on rentre aussi dans des mécanismes de transmission transgénérationnelle. Tu en as un peu parlé avec le, l'autoritarisme paternel, maternel également. Du côté des grands-parents, il y a des choses qui se sont passées et qui expliquent peut-être cette manière presque désinvolte, cette négligence maternelle à vos égards, à l'égard de vos besoins d'enfants, vous, euh, ses quatre enfants. Et je pense qu'encore une fois, c'est bien là que se construit, à l'inverse, la confiance, n'est-ce pas ? Pouvoir toujours aller vers le parent, se sentir accueilli inconditionnellement dans ses émotions, dans son vécu, sans être mis à distance, sans être dénié, sans être évidemment puni, voire plus. Et ça, ce sont des choses qui, peut-être, participent à ce que cette emprise incestuelle et peut-être l'inceste, se reproduisent. Et je pense important aussi de voir que socialement, aujourd'hui on pose des jalons. On a posé des jalons en termes de violences éducatives ordinaires, avec une loi qui date de 2019. On a récemment posé également des jalons juridiques. Tu as parlé au départ de l'inceste amoureux. On sait aujourd'hui que c'est une confusion importante qui t'a fait longtemps douter de cet acte contre toi. Et très concrètement, ton père n'a pas été poursuivi. Certains disent que c'est une chose importante dans le processus thérapeutique. J'aimerais savoir ce que tu en penses. Est-ce qu'aujourd'hui, tu estimes qu'il y a là quelque chose qui a manqué ou au contraire, est-ce qu'on peut oublier, faire abstraction ? Quel est le rapport que tu as aujourd'hui avec ce père abuseur qui est toujours en vie ?

KC : Je pense qu'il y a des personnes qui ont besoin d'ouvrir ce chemin de la reconnaissance par la société de ce qu'elles ont vécu, avec par exemple un procès. À mon époque, 1975, quand le psychiatre avec lequel je travaille sait que j'ai vécu un inceste, moi, je ne connais même pas ce mot à l'époque, mais je lui dis ce qui s'est passé et il rencontre mes parents, il n'en fait rien. Par exemple, aujourd'hui, je pense qu'il y aurait un signalement qui serait nécessaire, puisque quand même, aujourd'hui, et ce podcast, ou toutes ces choses que nous faisons autour de la question sont bien destinées à ça, parce que c'est encore souvent trop invisibilisé. À l'époque, il ne se passe rien. Je n'ai jamais pensé aller dans cette direction et je me souviens très bien que ma mère avait très peur de cette direction, d'ailleurs. « *Je ne veux pas dire du mal de votre père.* » C'est ce qu'elle nous disait. « *Je ne veux pas dire du mal.* » On voit bien l'emprise, là, c'est pas possible.

MAC : C'est une manière de te réduire au silence.

KC : Mais exactement ! Aujourd'hui, je n'ai pas besoin de ça. J'ai fait mon chemin. Je n'ai pas pardonné à mon père. Il y a des choses qui se pardonnent pas, mais je ne suis plus en guerre, ni avec moi-même, ni avec lui. Par contre, je l'ai rencontré il y a quelques années, là où je vis. C'est moi qui lui ai proposé une rencontre parce qu'il voulait me dire pardon. J'ai essayé de sentir, j'étais déjà psychologue de longue date. Donc j'ai bien senti chez cet homme ce qui se passait dans ce

pardon qu'il voulait me donner. Je n'ai pas senti un vrai pardon. J'ai senti quelque chose qui flottait autour de ça, mais j'ai senti surtout que je pouvais, c'est difficile de dire ça, mais que l'emprise n'était pas loin si je le revoyais. C'est fou, ça. Et donc, pour moi, ma survie, ça a été : « *Je ne veux plus revoir mon père.* » C'est terminé. C'est très important pour moi. Il y va de ma verticalité et de mon alignement. Et je m'en sors très bien comme ça. Il existe encore. Mes sœurs peuvent le rencontrer si elles le souhaitent, voilà. Je pense que lui, il a été assez inquieté quand j'ai écrit ce livre et que ce livre est sorti. Je crois qu'il a eu peur. D'autant que mon nom, c'est mon nom de jeune fille sur le livre, c'est-à-dire le nom de mon père. En tout cas, moi, ça a été mon chemin. Je pense qu'il y a des personnes qui sont capables de pardonner, qui peuvent le faire. C'est important pour elles. Moi, c'est pas mon chemin. C'est très difficile, je pense, de pardonner. Moi, j'ai un très, très long parcours quand même. Muriel Salmona donne une métaphore que j'adore, que je dis beaucoup à mes patients, c'est : « *Nous portons un sac à dos quatre fois plus lourd que les autres dans la course à la vie.* » Et moi, vraiment, je te passe des meilleurs au niveau des symptômes d'insomnie, au niveau des anxiolytiques que tu peux prendre parce que tu peux pas y échapper, etc., etc, parce que ça te met complètement dans le chaos, dans ta tête et dans ton corps, cette histoire.

MAC : Et tout ça, ça ne se pardonne pas, évidemment. Néanmoins, tu en as fait quelque chose puisque tu es devenue thérapeute. Et aujourd'hui, il y a parmi tes patientes ou tes patients, des abuseurs. Et je pense que c'est un défi énorme que tu te proposes de vivre. Alors, avec cette question : est-ce qu'il est possible de guérir d'une addiction comme celle-là ?

KC : Effectivement, j'ai pas mal de patientes et patients qui ont subi des abus et des incestes que j'accompagne. Et relativement récemment, on va dire que ça date de quelques années seulement, deux, trois ans, je commence à recevoir des auteurs. Je dis « auteurs » parce que c'est quand même la plupart du temps des hommes. C'est quand même généré, il faut le dire. Je suis très contente de ce travail. D'abord, je suis en supervision très serrée par rapport à ce travail d'accompagnement qui est difficile. C'est très important pour moi parce que nous savons que les auteurs ont été aussi des victimes. Ce qui ne veut pas dire que nous devons leur pardonner. Il va falloir faire tout un chemin pour qu'ils reprennent à leur compte la responsabilité de leurs actes. Donc, on va beaucoup travailler sur leur responsabilité, sur la notion de culpabilité qu'ils n'ont pas au départ. Ça va être tout un parcours, compliqué parfois, parce que parfois, ils viennent parce qu'ils ont des injonctions de soins. Donc, on se demande s'ils ont pas envie de satisfaire plutôt la justice que vraiment un travail personnel. Mais j'y crois et je trouve que c'est intéressant de s'occuper des victimes, c'est intéressant de s'occuper des auteurs.

MAC : Oui, effectivement, je pense que ça peut entrer dans une future conversation autour justement du processus thérapeutique. Parce qu'il y a quand même un défi. Il y a ton père derrière. C'est pour ça que tu parles de supervision, une supervision serrée. Il y a le père qui est là avec une demande de pardon dont on sent bien qu'elle n'est pas vraiment sincère. Et vraisemblablement, les auteurs, comme tu les appelles, ont aussi une charge de culpabilité très forte dont ils aimeraient peut-être que la société les allège.

KC : Je pense que son pardon à mon père, en tout cas, c'est mon vécu, il n'est pas incarné. C'est ça que je veux dire. C'est une parole. Il est pas incarné. Je l'ai senti comme ça. Regarde, là, on a une espèce d'intimité dans cette conversation sur un sujet qui est profond, qui est grave. Il y a quelque chose d'authentique qui se dit là, que je ressens physiquement même. Ça, ça me traverse. Tu vois, c'est ça qui est intéressant. Quand tu ne ressens pas ça, c'est qu'il y a quelque chose qui n'est pas aligné.

MAC : Merci Katouchka pour cette conversation. Nous arrivons à la fin de l'enregistrement. Comment poursuivre ? On a évoqué cet aspect thérapeutique. On pourrait parler aussi de la difficulté d'être parent après l'inceste. Et puis, j'ai personnellement envie de partager certaines choses autour de l'incestuel, cette fois, avec un travail qui va me concerner un peu plus. Et donc cette conversation va peut-être être la prochaine, nous verrons. Je ne sais pas si de ton côté, tu as des idées qui te viennent ?

KC : Non, c'est bien. On a parlé de ça. Devenir parent, devenir mère, pour moi, ça a été un grand chemin. Et puis l'incestuel, c'est aussi une de nos questions. Ça serait bien de l'ouvrir pour les prochaines fois.

MAC : Très bien. Alors merci à toutes et à tous de nous avoir suivis jusqu'ici et à bientôt pour une nouvelle conversation autour de l'inceste et de l'incestuel avec Katouchka Van Ditzhuyzen. À bientôt.

KC : À bientôt.