

«La rupture d'une relation fusionnelle mère-fille doit se faire en douceur»

La relation mère-fille a toujours constitué un lien particulier. Elle devrait s'estomper graduellement dès l'entrée à l'école, pour permettre à la fille de se structurer et se préparer à l'autonomie. On parle de relation passionnelle ou fusionnelle si ce lien persiste et grandit au-delà de l'âge de scolarisation. Pour mieux comprendre ce phénomène, M^{me} Djoudi S., psychologue clinicienne exerçant dans le secteur public, répond à nos questions.

Soirmagazine : Comment peut-on définir une relation fusionnelle entre une mère et sa fille, aussi bien d'un point de vue psychologique que culturel ?

M^{me} Djoudi S. : Les spécialistes ont décrit une relation étroite mère-fille où les deux parties ne peuvent se passer l'une de l'autre de la naissance jusqu'à l'âge scolaire. Elle débute très tôt, presque à la naissance, mais théoriquement elle devrait s'estomper dès que la fille commence à fréquenter l'école. Un lieu qui lui permet d'élargir son milieu social, en fréquentant des copains et côtoyant des enseignants. Sur le plan psychologique, cette relation risque de persister pour devenir passionnelle et fusionnelle, et cela dépend surtout du profil psychologique de la mère. Certaines mamans s'opposent au développement social de leur fille par peur de perdre le contrôle de la situation.

Malheureusement, dans ce cas, les conséquences sont néfastes. Sans doute certains ont eu dans leur entourage une cousine qui ne manque de rien, mais qui est restée célibataire parce que sa mère lui refuse d'une manière ou d'une autre une relation sentimentale par peur de la perdre. Mais à mon avis cela obéit également à des règles d'ordre socio-culturel. On a tous vu chez certaines familles, des filles qui avaient une relation fusionnelle avec leurs mères, mais après le mariage elles n'arrivent pas à se libérer, puisque la mère veut gérer tout, même l'éducation des petits-enfants. Je pense qu'il s'agit là d'un blocage psychologique.

Etre la complice, la confidente, ce n'est pas la base d'une relation fusionnelle ?

Ce n'est pas tout à fait cela, être complice ou confidente n'exprime pas forcément une relation fusionnelle, parce qu'en réalité, on a toujours besoin de sa mère autant qu'elle a besoin de nous, notamment dans certaines situations difficiles. Contrairement à une relation fusionnelle, la fille ne vit pas pleinement sa vie de femme. Je dirais qu'il faut toujours chercher à équilibrer cette relation pour éviter de tomber dans les deux extrêmes, c'est-à-dire entre les comportements envahissants et encombrants et la rupture totale des liens avec la mère. La complicité et la confiance sont bien utiles, mais quand il le faut. En conclusion, la rupture d'une relation passionnelle doit se faire en douceur. Mais elle est inévitable, car elle permet à la fille de s'imposer et de trouver sa place dans la société, sans pour autant couper les ponts avec les parents.

Quand et comment se manifeste cette relation ?

Comme je viens de le dire, la relation mère-fille commence à la naissance. Dans les pays développés, elle dure les trois premières années, jusqu'à l'âge de la maternelle. Mais en Algérie, elle persiste



Photos : DR

te jusqu'à l'âge de six ans, à l'entame de la première année scolaire.

Au-delà de cette étape, on parle alors de relation fusionnelle ou passionnelle. Elle se manifeste par un sentiment de peur chez la mère qui veut contrôler absolument tout, les problèmes scolaires courants, les comportements, les réactions... de sa fille, jusqu'à prendre des décisions à sa place. A partir de là, commencent les situations conflictuelles, surtout si la fille est plus ou moins consciente de la situation.

Peut-on être complice avec sa mère, la considérer comme sa confidente, sans pour autant avoir une relation fusionnelle avec elle ?

Tout à fait, et je l'ai brièvement expliqué au début. Je pense que c'est l'idéal si la fille vit sa vie et arrive à avoir une relation de très haut niveau avec sa mère, c'est-à-dire être complice avec elle et la considérer comme amie.

Il s'agit d'une situation qui sera très bénéfique pour les deux parties. C'est ce qu'on appelle une relation mère-fille très équilibrée. J'insiste ici sur la notion d'équilibre, car les relations mère-fille sont en effet très complexes, elles peuvent être à la fois passionnelles et conflictuelles. Attention ! j'insiste beaucoup sur la façon de gérer cette situation, couper brusquement les ponts avec sa mère se veut un conflit éternel.

Quelle est la différence entre une mère qui entretient une relation fusionnelle avec sa fille et une mère abusive, voire possessive ?

La relation fusionnelle caractérise l'attachement sécurisant d'une mère, qui cherche généralement à protéger sa fille contre l'échec, la déception et les bêtises de l'adolescence. Reste que la mère doit forcément comprendre qu'elle peut aider sa fille à prendre les décisions sages, mais ne jamais décider à sa place.

C'est une situation que les spécialistes préfèrent gérer avec une très grande prudence, pour éviter les complications. Par contre, on dit qu'une mère est abusive ou possessive, quand elle s'implique trop dans la vie de sa fille. Généralement, elle ne respecte plus les limites dans son rôle de mère, en s'ingérant dans les problèmes de l'école, les fréquentations, la vie sentimentale de sa fille. Elle ne veut pas admettre son exclusion, même progressive, de la vie privée de sa fille.

Quelle est l'origine de ce type de relation ?

Cette relation témoigne d'un attachement profond qui subsistera même après la mort.

Par Nouredine Guergour

Cette complicité se transforme en un véritable conflit. La maman veut tout contrôler, le mari, les enfants, le train de vie..., absolument tout. Ce qui nuira à l'épanouissement de la fille et au bien-être familial. Cela constitue donc un danger pour le couple.

Cette relation est-elle héréditaire ?

Le mode d'éducation diffère d'une famille à l'autre. Les parents d'aujourd'hui sont plus cool. Finies les fessées et les gifles des parents et grands-parents. Mais certains comportements persistent encore, notamment la relation mère-fille qui se complique davantage. D'où vient cette attitude d'une mère qui s'ingère dans la vie privée de sa fille en la dominant, même à l'âge adulte, si elle-même n'a pas été victime de ces violences psychologiques de la part d'une grand-mère ? Nous avons tous eu des parents et des grands-parents autoritaires. Certains traînent à ce jour des séquelles psychologiques. Je dirais qu'il s'agit de méthodes éducatives inadéquates qui se propagent d'une génération à l'autre. Pour casser cette transmission, une réflexion approfondie s'impose pour pouvoir identifier des solutions concrètes à ces interminables conflits de famille. Mais surtout, soyons conscients de ces violences psychologiques qui continuent, encore aujourd'hui, à faire du mal, mais qui sont malheureusement, le plus souvent, banalisées et donc considérées comme ordinaires. Même si de l'avis général ce type de lien peut laisser de graves séquelles comme le manque de confiance en soi. Donc je pense que ce phénomène n'est pas vraiment héréditaire, mais je dirais enfin que si la relation fusionnelle mère-fille persiste, c'est qu'elle est transmise d'une génération à l'autre, donc il s'agit beaucoup plus d'un phénomène de contagion qu'on pourrait cerner. ■

Pensée



Cela fait quatre ans, nous quittait

Si Abdelmadjid AOUCHE

En ce douloureux anniversaire, la famille AOUCHE informe qu'une cérémonie de recueillement aura lieu le mardi 4 novembre 2014, à 10H00, sur la tombe du défunt, au cimetière El-Alia.

*«A Dieu nous appartenons
et à Lui nous retournons».*