

# MÈRE-FILLE

## VU PAR... MALVINE ZALCBERG

A l'occasion de son passage à Paris, Malvine Zalcberg, auteure de l'incontournable « Qu'est-ce qu'une fille attend de sa mère ? » récemment publié chez Odile [Jacob], a accepté de répondre à nos questions sur ce qui, selon nous, interrogent beaucoup de mamans. Comment s'épanouir en tant que femme, maman mais aussi jeune fille, femme en devenir et fille de sa mère ? Quelles sont les bases d'une harmonie relationnelle ? Peut-on éviter la crise d'adolescence ? Notre spécialiste répond à nos questions avec cette générosité qui la caractérise.

**★ Parlez-nous de la relation mère-fille, quelles sont les fondements fondamentaux pour que les deux protagonistes puissent s'épanouir pleinement : la femme en tant que mère et la fille en tant que fille de sa mère et fille à part entière.**

Vous posez la question d'une façon intéressante et originale : vous nous donnez l'opportunité de penser comment les « deux protagonistes », de cette délicate et complexe relation mère-fille, peuvent s'épanouir pleinement.

En général, on voit la question plutôt du côté de la fille, de comment elle souffre d'avoir une mère qui la maintient prisonnière d'un destin qui n'est pas le sien et l'empêche de trouver la voie qui lui permettrait d'entrer dans sa propre vie. Le film *Black Swan* décrivant le cas de la danseuse Nina est un des innombrables exemples de couple mère-fille pathologique abordé par le cinéma. On oublie fréquemment l'autre côté : celui de la mère qui assez souvent est prisonnière de sa propre mère, n'ayant pas trouvé une brèche pour s'en sortir elle-même. Un grand nombre de femmes sont enchaînées au sein d'une lignée intergénérationnelle. Le psychanalyste anglais D. W. Winnicott affirmait « que

pour toute femme, il y a toujours trois femmes : elle, sa mère et sa grand-mère».

Le plus souvent, l'histoire de vie d'une fille avec sa mère s'enchaîne à celle de sa mère avec sa propre mère.

C'est parce que les filles sont prises à leur insu dans cette lignée, ayant à voir avec des questions qui au fond ne les concernent pas directement, que la fusion mère-fille paraît si difficile à rompre. Quoiqu'une séparation de la fille d'avec sa mère soit chaque fois plus perçue et comprise comme essentielle à la vie, à la croissance, à l'autonomie, pas toutes les femmes n'y réussissent.

C'est ce qui fait que les femmes ont une sorte d'intuition, plus ou moins consciente, qu'un certain mal-être dont elles souffrent a un lien direct avec leur mère et de l'impact que celle-ci continue à avoir sur leur vie, même à l'âge adulte.

Dans toute histoire de vie mère-fille, il s'agit donc de « deux filles » qui doivent, chacune à leur tour, résoudre les questions qui les ont liées et continuer à les lier à leurs propres mères. C'est dans ce sens que les « deux protagonistes » doivent s'épanouir pleinement.

Seulement une mère qui n'est plus « trop » la fille de sa propre mère, peut avoir la liberté et l'aisance d'être mère de sa fille. Plus rapidement une femme découvre les retentissements inconscients que l'histoire

de sa relation avec sa mère a laissés comme empreinte dans sa vie, plus vite elle comprendra ce qui la tient encore si (ou trop) proche de sa mère et l'empêche d'être en harmonie avec elle-même, entraînant sa fille dans son histoire de vie en tant que fille de sa mère.

Si une mère peut se permettre de réfléchir à sa relation avec sa propre mère, à chercher ses conséquences sur sa manière d'être, cela l'aidera à ne pas répéter ou à se forcer de faire exactement l'opposé de ce qu'elle a vécu, ce qui est un signe que le lien avec la mère domine encore le cadre des relations avec ses enfants et surtout avec sa fille.

Comprendre sa relation à sa mère est, pour une femme, une étape nécessaire pour vivre sereinement l'avenir ; quel que soit l'âge où elle entreprend cette démarche, elle sera libératrice pour elle et pour sa fille si elle en a une.

Ce n'est certainement pas toujours facile pour une mère de revenir à certains aspects de sa vie qu'elle préférerait oublier ou ne pas affronter. Elle tend plutôt à vouloir réécrire son histoire à travers sa fille. La ressemblance de leurs corps féminins l'aide à le faire. La mère s'identifie à la fille avant même que la fille ne le fasse à son tour. Le jeu des identifications joue pleinement dans leur rapport, et ce dès la naissance de la fille.

**★ Quelles sont les bases à rappeler, à ne pas manquer pour un développement sain et harmonieux ?**

Quand l'enfant naît, il ne demande qu'à être aimé, qui est un besoin vital.

La présence de la mère auprès de lui est une preuve d'amour, son absence est un signe de manque d'amour. La fille plus que le garçon restera dépendante de l'amour d'un Autre, originellement celui de la mère tout au long de son enfance et, d'une certaine façon, tout au long de sa vie.

Il s'agit d'un aspect qui se répercute sur le rapport mère-fille. La mère peut maintenir sa quête d'un amour maternel idéal à travers celui qu'elle dévouerait à sa fille, soit pour montrer à sa mère ce qu'aimer une fille aurait dû être, soit pour ne pas mettre en cause l'amour de sa mère pour elle, entre tant d'autres motifs qu'on pourrait citer. La mère doit surmonter cette quête d'un amour maternel idéal qui n'existe que dans nos rêves et dans nos fantasmes. Savoir qu'on ne peut atteindre cet idéal permet de nous libérer de deux façons : de la nécessité de maintenir notre propre mère comme idéal ou d'en devenir un, ce qui pèserait sur le destin de l'enfant, principalement d'une fille. Dans l'idéal forgé par une femme, il arrive qu'une mère fasse de sa fille sa propre perfection en tant que mère digne de l'amour qu'on devrait lui porter. La fille qui attend tellement d'amour de sa mère sent qu'elle est aimée sous conditions : si et seulement si elle apporte à sa mère certaines satisfactions. Et sans doute la fille se dévoue à satisfaire sa mère. Le tourbillon d'émotions qui lie les filles à leurs mères n'a d'égal que l'idéal absolu qu'éprouve chaque fille envers sa mère : celui de

combler ses attentes, ses espoirs. C'est ce qui l'attache davantage à sa mère — et sa mère ainsi satisfaite, à elle. Il faut que la fille se rende un jour compte qu'elle ne sera jamais l'enfant parfaite qu'elle aurait souhaité être pour sa mère.

C'est la mère qui met la fille à cette place idéalisée, en tant que source de satisfaction. Et cela bien avant sa naissance : la petite fille est pensée, imaginée, parlée et portée par sa mère d'une manière spécifique.

Le fait que la mère voit en sa fille un être qui lui ressemble physiquement l'approche d'elle, comme sa mère se rapprocha d'elle en son temps. Comme j'ai mentionné, les mères peuvent facilement s'identifier à une fille, pendant que la différence du corps d'un fils évite une identification si massive. La mère peut ainsi plus facilement prendre la fille pour un prolongement d'elle-même, développant une grande difficulté à distinguer les contours propres à chaque corps — et à chaque vie. Elle peut imaginer que sa fille ressent les mêmes désirs et émotions, qu'elle pense de la même façon — ce qui n'est jamais le cas. C'est ce que provoque une plus faible autonomie de la fille envers sa mère, aux désirs de laquelle elle croit devoir correspondre dès son plus jeune âge.

La mère peut difficilement renoncer à tout ce plaisir que sa fille lui procure l'enfance durant. Comme il lui serait douloureux à vivre sans, elle fait croire à la fille que c'est elle qui ne pourrait vivre sans sa mère. La mère a du mal à comprendre que ce qui avait maintenu sa fille proche d'elle ne se limitait pas à une quête d'amour, mais avait trait à une autre raison spécifiquement féminine : la fille a besoin

de sa mère pour construire son identité de femme, car toute identité féminine est une invention. La fille s'intéresse à la forme dont la mère a créé la sienne propre, car « une femme ne naît pas femme, elle le devient », comme Freud nous l'a appris. À chacune de s'inventer une identité féminine possible.

Pour cela, il est nécessaire que la fille se sépare de sa mère en tant que femme, devienne femme à son tour, différente de sa mère, même si elles ont un corps semblable. Il est très important que la mère accepte et stimule même sa fille à prendre une certaine distance d'elle, à s'en différencier. Il faut que mère et fille comprennent que se différencier ne veut pas dire se perdre et qu'on a d'autres manières de se maintenir liées sans que cela passe par l'anéantissement de la personnalité de l'une ou de l'autre des deux protagonistes de ce couple.

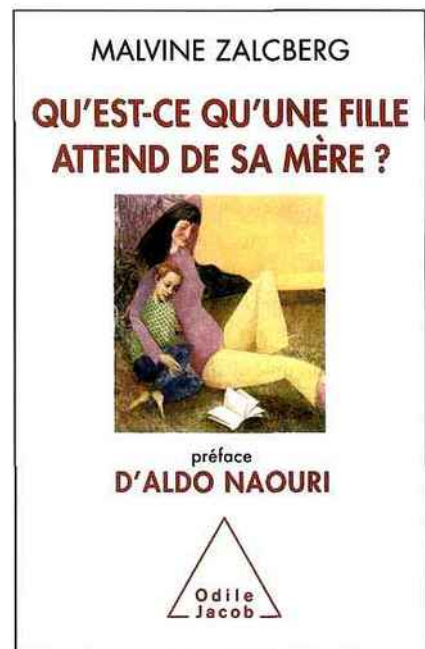
**★ La crise d'adolescence est-elle inévitable, que faire en amont pour que celle-ci soit la plus douce possible entre une mère et sa fille ?**

L'adolescence est une période de changements corporels et psychologiques majeurs face aux exigences du réel du sexe qui se manifestent à ce moment de la vie. Le travail de l'adolescence consiste justement dans ce passage d'une sexualité infantile vers une sexualité adulte; un mouvement qui va de l'autoérotisme vers le choix de l'objet sexuel. Quand une fille grandit, se dessine en son corps les signes annonciateurs de la future femme. À ce moment-là, sa mère est aux prises avec des remous qui signalent un renoncement en elle. Non pas qu'elle devra renoncer à sa

propre féminité, mais elle devra renoncer aux plaisirs maternels de la première enfance, quand elle croyait que sa fille lui appartenait. Combien de mères se sentent désemparées devant leur fille qui leur échappe. Si la mère n'accompagne pas au long de l'enfance la révision progressive des identifications primaires par sa fille, elle ne se rendra pas compte que ce corps change énormément de l'état du nourrisson à celui d'enfant à celui de l'adolescence. Pour cette mère, le renoncement apporté par la transformation de la fille en femme dans laquelle elle voit monter la lumière du désirable est un arrachement qui la laisse blessée. Ce n'est pas par hasard qu'aujourd'hui, avertis que nous sommes de cette réalité — que les relations mère-fille sont la plupart du temps de forte intensité — on conseille aux mères de « libérer leur filles ». La mère est ahurie et ses sentiments vont de la culpabilité « qu'ai-je fait pour que ma fille m'en veuille à présent ? » — à la frustration : « je ne méritais pas ce traitement après tant de dévouement à ma fille ». Si la mère ne comprend pas comment au long de l'enfance et l'adolescence jusqu'à l'âge adulte elle est arrivée, malgré elle, à emprisonner sa fille, elle ne saurait pas de quoi et de quelle forme elle pourrait « libérer » sa fille. La libération de laquelle il s'agit est de la célèbre « fusion » si caractéristique de la relation mère-fille — une fusion qui signifie le manque de différenciation, de séparation de leurs corps, de leurs désirs, de leurs pensées, de leurs destins. L'adolescence est justement le moment où la fille commence sa quête d'elle-même, d'un être différent de sa mère. Elle veut que son avenir sexué lui appartienne. Par ailleurs, elle doit faire face à des nouveaux défis : elle se trouve aux prises avec un nouveau type de sexualité qui va bouleverser, ou du moins remettre en question, les structures relationnelles dans lesquelles elle était prise en tant qu'enfant. Il faut que la mère comprenne qu'il ne s'agit pas seulement pour la fille d'une conquête, mais aussi d'un désarroi que l'adolescente éprouve à se retrouver ainsi exilée de son territoire d'enfance. Quel prix, se demande la toute jeune femme, aura-t-elle à payer pour franchir cette

étape à risques? La fille a besoin d'une mère qui accepte et laisse une place pour sa mutation vers l'érotique du désir sexuel avec des partenaires à venir. C'est pourquoi, il ne faut pas oublier que ce changement est peut-être avant tout subjectif, c'est-à-dire qu'il s'agit d'une modification de la valeur même du corps et que cette modification est « signée », pourrait-on dire, par une autre qui détient le pouvoir de reconnaître ce corps, un corps désirable et désirant. Cette sexualité naissante de l'adolescente met une distance entre mère et fille. Cette nécessaire distance l'oppose à sa mère, parfois de façon violente, d'autant plus si elle ressent avoir une difficulté de se séparer de sa mère. L'opposition est désirable car elle permet à la fille de se différencier, de se définir comme autre, de se séparer de sa mère. Si l'opposition est entendue par la mère et respectée, c'est un véritable espace de liberté, de découverte d'elle-même qui surgit, sans peur de perdre l'amour de la mère qui est toujours présent.

Combien de mères empêchent à leur insu cet épanouissement de leur fille. Il arrive assez souvent que le lien mère-fille soit tempéré et qu'apparemment aucune opposition ne les secoue ; ce qui ne signifie pas que les termes de l'opposition soient absents, ils sont amoindris. La fille risque alors de refouler tout ce qui peut l'éloigner de sa mère, continuant au plus profond de son être à rester la fille de sa mère. Elle ne parvient pas à s'imposer dans son désir de devenir femme, au prix d'un sacrifice d'une vie propre au nom de l'amour de sa mère qu'elle continue à redouter de perdre. La plus grande réalisation en tant que mère devrait être celui de voir sa fille grandir et devenir femme. Si la dépendance est ce qui liait mère et fille dans un premier temps, celui de l'enfance, l'indépendance est ce qui les lie dans un second temps, celui de l'âge adulte, l'adolescence étant le temps pour s'en accommoder, pour établir des rapports sur d'autres bases. Paradoxalement, une véritable séparation de corps, pensées, désirs, sexualités de mère et fille est ce qui peut les rapprocher en tant que femmes, pleinement épanouies.



**Malvine Zalberg** est psychologue, psychanalyste, docteur en psychanalyse. Elle a été professeur adjoint à l'institut de psychologie de l'Université de l'État de Rio de Janeiro où elle continue d'exercer. Auteure d'ouvrages adoptés autant par le grand public que par les professionnels, elle donne de nombreuses conférences et fait partie des références dans son domaine.

*Qu'est-ce qu'une fille attend de sa mère ?*

EDITIONS ODILE JACOB,  
préfacé par Aldo Naouri.  
273 pages, prix 21,90 €.