

Malvine Zalberg, psychologue et psychanalyste

Couple mère-fille : une construction réciproque

« QU'EST-CE QU'ÊTRE UNE FEMME ? » SE DEMANDE LA FILLE... VASTE QUESTION, À LAQUELLE MÊME SA MÈRE NE PEUT LUI APPORTER DE RÉPONSE, CAR IL N'Y A PAS DEUX DÉFINITIONS DE L'IDENTITÉ FÉMININE SIMILAIRES. DANS SON DERNIER OUVRAGE, LA THÉRAPEUTE BRÉSILIENNE RAPPELLE QUE DEVENIR FEMME EST UN PROCESSUS QUI DURE TOUTE LA VIE. CHAQUE ÉTAPE – CHAQUE RELATION AMOUREUSE, CHAQUE MATERNITÉ... – REMET EN PERSPECTIVE LE CHEMIN PARCOURU.

Comment expliquer la spécificité du lien mère-fille, aussi intense que complexe ?

Malvine Zalberg : Une fille aime sa mère parce qu'elle a besoin d'elle pour grandir, mais aussi, à la différence du garçon, pour forger son identité féminine. Avec sa fille, la mère revit la relation avec sa propre mère, ou expérimente celle qu'elle aurait aimé avoir. Elle se réjouit de cet amour complice, qui la renvoie à son enfance et à son adolescence, et aux questions qu'elle se posait alors sur sa féminité en devenir. Fille et mère ont donc besoin l'une de l'autre, pour des raisons différentes : la première pour édifier sa féminité, la seconde pour consolider la sienne. Mais ce que l'une attend de l'autre, l'autre ne peut pas toujours le lui offrir. Ainsi, une femme dont la mère n'a pas incarné le modèle de la femme active peut insister sur la nécessité pour sa fille de se construire une carrière, alors que cette dernière a surtout besoin de savoir comment se faire aimer par un homme. Dans tous les cas, l'une et l'autre par-

ticipient réciproquement à la construction de leur féminité, ce qui explique qu'elles aient parfois du mal à séparer leurs corps, leurs désirs et leurs destins de femmes.

Mais, pour grandir, la fille devra se séparer de sa mère...

C'est exact. L'amour collé des premières semaines doit se tempérer au fil des années. La grande question du devenir féminin – renoncer à la fillette que l'on était pour devenir femme – dépend de la façon dont se passent les processus de rapprochement et de séparation d'avec la mère. Comment trouver la « bonne distance », ni trop loin, ni trop près ? Car il n'est pas facile de renoncer au plaisir qu'apporte cette intimité. Avant tout pour la mère, surtout quand, n'ayant pas trouvé de réponse satisfaisante aux questions qu'elle se pose sur la féminité depuis l'enfance, elle espère que sa fille l'aidera à y répondre. Par exemple, elle peut exiger de cette dernière une réussite scolaire ou professionnelle qu'elle n'a pas connue, vivre avec

IL FAUT UNE CERTAINE MATURITÉ CHEZ LA MÈRE POUR FAIRE ÉMERGER CHEZ SA FILLE LA JEUNE FEMME EN DEVENIR



© Luciane Wimmer

et à travers elle une relation mère-fille « réussie » si les relations avec sa propre mère ont été houleuses, vouloir rester collée à elle si elle a été abandonnée (ces exemples, évidemment, n'étant pas des passages obligés)...

Du côté de la fille, l'amour intense des premiers temps l'aide à se construire mais, à partir d'un certain âge, il l'étouffe et peut compliquer son passage de l'état de fillette à celui de femme, entraver sa conquête de la féminité. À l'inverse, une relation trop distendue peut contraindre la fille à une quête éternelle (et jamais satisfaite) d'amour, ce premier amour n'ayant pas été « comblant ». Il faut une certaine maturité chez la mère pour faire émerger chez sa fille la jeune femme en devenir, la laisser exprimer ses propres désirs, puis s'éloigner pour vivre sa propre féminité...

La mère a aussi besoin de sa fille pour finir de construire sa féminité, écrivez-vous...

C'est, je crois, l'apport principal du livre. Dans le couple mère-fille, il y a deux femmes en formation : la plus

jeune... et la plus âgée. On sait que la fille a besoin de sa mère pour devenir femme, mais la mère aussi est une femme *in progress* (comme on dit *work in progress*). Elle revit, à travers sa fille, mille questionnements qui l'ont traversée autrefois. Tantôt, elle voit en elle la fillette qu'elle a été, tantôt elle se voit comme sa mère. Toute leur relation se bâtit sur ces allers-retours. Enfin n'oublions pas que la mère est aussi une fille ! Il y a deux cordons dans leur relation : l'un relie la fille à sa mère ; l'autre, la mère à sa propre mère. Dans l'idéal, il faudrait que la mère ait suffisamment construit sa féminité avec cette dernière pour ne pas avoir (trop) besoin de sa fille pour la consolider. Mais ce n'est pas toujours le cas. Par exemple quand sa mère a traversé des périodes dépressives qui l'ont rendue peu disponible ou quand, après une grossesse non désirée, elle a fait peser sur elle le poids d'une maternité vécue comme sacrificielle. Dans le cas d'une relation mère-grand-mère non apaisée, il est important de dire à sa fille qu'elle n'a rien à voir avec cette histoire.

Malvine Zalberg

Psychologue clinicienne et psychanalyste au Brésil, elle a publié *Qu'est-ce qu'une fille attend de sa mère ?* et *Ce que l'amour fait d'elle* (Odile Jacob, 2010 et 2013). Dans son dernier ouvrage, *Devenir femme de mère en fille* (Albin Michel, 2019), elle explore les étapes de la construction de la féminité à partir de couples mère-fille représentés au cinéma.



LE CINÉMA A SURTOUT LE POUVOIR DE PARLER À NOS ÉMOTIONS, SANS QUE CELA AIT BESOIN D'ÊTRE ÉLABORÉ OU RÉFLÉCHI

➤ **Quel rôle peut jouer le père, face au duo mère-fille ?**

Il en a deux principaux, à deux moments essentiels : le premier, après la naissance, pour empêcher que s'instaure une relation fusionnelle entre mère et enfant (fille ou garçon) ; le second, à l'adolescence, pour dire (ou faire comprendre) à sa fille : « *Tu es en train de devenir une femme ; tu seras belle comme ta mère.* » Ce regard d'homme lui montre qu'elle sera désirée plus tard par d'autres hommes sans instaurer de rivalité entre elle et sa mère. La fille passe alors, dans sa construction identitaire, d'une féminité promise par la mère à une féminité validée par le père.

Pourquoi utiliser dans votre livre des personnages de films pour décrypter diverses formes du couple mère-fille ?

Cinéma et psychanalyse sont nés à peu près à la même époque, à la fin du XIX^e siècle. Certains cinéastes, comme Ingmar Bergman ou Woody Allen, parlent magnifiquement de la femme. D'autres, comme Hitchcock, font un cinéma très psychanalytique : *Pas de printemps pour Marnie* ou *Psychose* en sont de parfaits exemples ! Depuis longtemps, j'interprète des films d'un point de vue psychanalytique. Peu à peu, j'ai défini soixante grands thèmes (le pouvoir de la mère, la nécessaire désillusion, petits-enfants otages, etc.) et retenu cent

films pour les illustrer. Par ailleurs, j'ai publié il y a quelques années un livre sur la relation mère-fille¹ plutôt destiné aux psychanalystes et souhaitais en écrire un plus accessible. Il m'a semblé qu'en illustrant mes propos par des films je pourrais toucher un public plus large.

Qu'apporte le cinéma à votre réflexion ?

Il nous apporte une infinité d'histoires de mères et de filles, mais il a surtout le pouvoir de parler à nos émotions, sans que cela ait besoin d'être élaboré ou réfléchi. Voir le désespoir de Liv Ullmann dans *Sonate d'automne*² lorsqu'elle joue du piano et attend un compliment de sa mère, qui ne s'intéresse pas à elle, est bouleversant. Si je devais décrire cette scène, le résultat aurait moins de force, car c'est difficile de mettre des mots sur ce qui nous a émus.

On peut toujours « réparer » ce qui a été mal vécu, écrivez-vous...

À tout âge, 25 ou 65 ans, on peut changer ! Le film *Still Alice*³, qui raconte la vie d'une professeure de linguistique atteinte d'un Alzheimer précoce, le montre bien. Son mari et ses deux aînés sont désespérés. Sa fille cadette, qui était moins proche d'elle, devient la plus attentive. Ce film me touche car il montre que la vie réserve des surprises. Cette fille qui refusait de suivre le chemin

1. *Qu'est-ce qu'une fille attend de sa mère ?* (Odile Jacob, 2010).

2. Film d'Ingmar Bergman, 1978.

3. De Richard Glatzer et Wash Westmoreland, avec Julianne Moore (2014).

Grand écran : un thème qui inspire

Un amour fusionnel

La Leçon de piano, de Jane Campion (1993), dépeint la relation fusionnelle d'une mère avec sa fille, qui souffre lorsqu'un « tiers » (le mari, puis l'amant de la mère) surgit. *Dans Talons aiguilles*, de Pedro Almodovar (1991), la fille est prête à tout pour vivre une relation exclusive avec sa mère, y compris à tuer ses compagnons...



L'enfant préféré

Dans *Raison et Sentiments*, adaptation du roman de Jane Austen par Ang Lee (1996), la mère ne cache pas sa préférence pour



Marianne, sa seconde fille, dont elle partage l'impétuosité. Au fil du temps, elle réalise qu'elle a été injuste envers Elinor, l'aînée. On n'est jamais deux fois la même mère... On n'aime donc jamais ses enfants de la même manière, mais on les aime tout autant.

Un héritage encombrant

Mères et Filles, de Julie Lopes-Curval (2009), raconte l'entremêlement des vies de trois femmes : la grand-mère (qui a « abandonné » sa famille), la mère (qui s'est forgée une identité froide après ce départ) et la fille. Enceinte, cette dernière hésite à garder son bébé, taraudée par un fantasme d'abandon compréhensible. On découvre qu'en fait la grand-mère a été tuée par son mari, qui ne supportait pas son aspiration à l'autonomie, ce qui rebat les cartes des identités...



A. L.

que sa mère lui destinait lâche tout pour s'occuper d'elle. Elle a besoin de cette réparation ultime pour se sentir acceptée. Cette réconciliation compte pour la mère aussi : elle apaise enfin leur relation. Je le répète à mes patients : quels que soient les choix de nos enfants – professionnels ou autre –, à partir d'un certain âge, nous devons les accepter. Ce lâcher-prise rend la rencontre possible, et permet de réparer – même tardivement – la relation. Dire enfin à l'enfant « *Tu n'es*

pas comme je voulais que tu sois » le libère, mais soulage aussi le parent qui prononce ces mots et abandonne ainsi l'image idéale qu'il s'était faite de lui. La réalité nous le rappelle souvent : si nous faisons de notre mieux en tant que parents, nous ne savons jamais ce que nos enfants feront de cette éducation. Nous ne maîtrisons pas ce qu'ils deviennent... heureusement !

**Propos recueillis
par Anne Lamy**