

# Projet sens, transgénérationnel et haptopsychothérapie

*Un humain naît d'abord du « projet » d'une femme et d'un homme. Certes, ce projet n'est pas aussi simple qu'on pourrait le croire (...).*

*Résultante d'un nombre considérable de facteurs, chaque naissance est totalement singulière et débouche, que les parents en soient conscients ou pas (nous le sommes généralement très peu), sur une existence marquée d'emblée par un déterminisme vertigineux. (...) c'est ce déterminisme que Marie-Noëlle Maston appelle « projet-sens ».*

*(...) Ce projet-sens peut, éventuellement, et même souvent, ressembler à un grave « non-sens », aliénant et mortifère. Parce qu'on ne nous désirait pas. Ou que l'on désirait un enfant d'un autre sexe. Ou que l'on nous a fait endosser le rôle d'un tiers, vivant ou mort. Ou parce que notre mère nous a transmis son angoisse, ses terreurs, ses haines, ses tristesses... généralement sans le vouloir, ou même, très paradoxalement, en faisant tout pour nous en protéger et donc en s'enfermant dans un déni du problème qui, en réalité, ne trompait personne et surtout pas l'inconscient du bébé en elle.*

*(...) En travers de nous peuvent venir se coincer des fragments de vie maternelle, ou paternelle, ou ancestrale, inaccomplissements, souffrances et frustrations, dont nous commençons à hériter dès l'aube utérine de notre vie. Ainsi commencent bien des ratés de la vie, sinon des vies ratées.*

*(...)Ce contexte est fait d'une foule de données, belles ou moins belles, sur lesquelles nos parents ne pouvaient généralement pas grand chose. Il ne s'agit nullement de les accuser ni de les culpabiliser, mais de travailler à nous libérer et, ce faisant, à les libérer eux-mêmes et surtout à libérer nos descendants, en clarifiant notre propre « projet d'enfant »."*

Préface de P. van Eersel au livre "Les Fondations de l'Être" de Marie-Noëlle MASTON

## Projet sens haptonomie, haptopsychothérapie et transgénérationnel.

**Un article de Marie-Noëlle Maston pour Généasens**

Il existe des thérapies qui permettent à chacun de retrouver ou de déployer un profond sentiment de sécurité de base à partir de l'émergence de prises de conscience relatives à son projet sens et d'obtenir la libération des engrammes (traces mnésiques refoulées) par l'haptopsychothérapie.

J'ai choisi d'approfondir le thème du projet sens, car il me tient à coeur depuis les débuts de mon activité de psychologue clinicienne, voici plus de 25 ans, lorsque je travaillais dans un CMPP de la région parisienne et que je constatais qu'en approfondissant l'anamnèse de la période périnatale, des données essentielles à la compréhension de la pathologie des enfants étaient révélées.

J'étais en effet étonnée lorsqu'une mère me répondait, alors que je l'interrogeais sur la gestation et la naissance de l'enfant : « tout a été normal ».

Lorsque je lui demandai « cela a été normal comment », elle s'autorisait alors à révéler les difficultés tant physiques que psychiques rencontrées au cours de la période prénatale, la naissance ou la première année de la vie de l'enfant.

J'ai alors choisi de me former à l'haptonomie périnatale et l'haptopsychothérapie, afin de prévenir ou d'accompagner certaines souffrances archaïques.

Par la suite, la psychogénéalogie et notamment le concept de « projet-sens », m'ont permis de mieux cerner cette période pré et postnatale.

Je vous propose donc d'envisager chacune des phases clé de cette période, déterminante pour le devenir de chaque personne.

## **Le contexte de la conception**

Il va de soi que les conditions de la conception d'un individu peuvent s'avérer décisives pour son existence

Hormis le contexte socio-économique, qui peut se révéler problématique ou favorable (difficultés professionnelles ou aisance financière, frustration, angoisse ou réussite), le contexte psychoaffectif et la place ou la non place de l'enfant à venir seront essentielles.

D'ailleurs il est courant que lors d'une première consultation, un patient m'annonce sans préambule, « d'abord je suis un accident » ou encore « j'ai déçu mes parents car je suis une fille et ils attendaient un garçon » ou l'inverse.

J'ai maintes fois pu constater que les enfants qualifiés « d'accidents » auront tendance à être sur adaptés au désir des parents, développant ainsi un « faux-self », invalidant leur devenir.

Certains patients consultent justement lorsque ce faux-self, cette sur adaptation craque et qu'ils passent par un épisode dépressif, lequel est, somme toute, déjà un premier pas vers leur véritable personnalité, puisqu'ils ne peuvent plus donner le change et faire « comme si » tout allait bien alors qu'ils ne sont pas à l'écoute de leur être profond.

D'autres éléments, tels que les projections faites sur l'enfant : « il sera médecin, puisque je n'ai pas pu faire médecine », ou encore le rang qui pourra s'avérer décisif, en se calquant sur les positionnements et les conflits au sein de la fratrie de chacun des parents (par exemple un parent en conflit avec son 2<sup>e</sup> enfant, alors qu'il est lui-même l'aîné et qu'il a toujours été en conflit avec son frère cadet) seront à prendre en compte pour une compréhension globale du patient.

Enfin, la problématique des enfants de remplacement (cf. « Le syndrome du gisant »), tant au sein de la fratrie que dans la lignée d'un de ses parents pourra considérablement alourdir l'existence de l'enfant inconsciemment (ou plus ou moins consciemment) destiné à remplacer l'enfant ou l'adulte mort trop tôt et dont le deuil n'a pas pu se faire. Il aura bien du mal à trouver sa place et à vivre sa propre vie.

## **La grossesse**

Cette période sensible au cours de laquelle le bébé se construit jour après jour, éveille progressivement l'un après l'autre, ses cinq sens, entre en interaction avec sa mère, son père et leur environnement, perçoit de l'intérieur leurs sentiments (voir aussi transmission des fantômes selon Didier Dumas), l'accueil qui lui est réservé, leur présence ou leur absence, leur joie ou leur angoisse.

Cette phase de construction de l'enfant en devenir, perçu mais pas encore connu, présent et absent à la fois, s'avère fondatrice pour son sentiment d'être au plus profond de lui-même, pour sa sécurité de base.

Un enfant attendu et confirmé dès sa conception et tout au long de sa gestation sera à même de ressentir un sentiment d'exister en toute sécurité, en sachant qu'il n'a pas à se démener pour recevoir l'amour primordial, essentiel à l'épanouissement de tout être humain.

Des facteurs très divers pourront s'avérer néfastes au bébé en gestation, notons parmi eux ce que je qualifierai de matrices dépressives :

- le sentiment de la mère d'être lâchée pendant la grossesse, tant affectivement que physiquement, notamment par son compagnon, ou même son entourage.
- les angoisses relatives à la santé de l'enfant, diagnostic anténatal négatif, ou encore fausse-couches ayant précédé la grossesse, voire même des problèmes de santé dans sa famille.
- les deuils survenant au cours de la grossesse.
- les épreuves diverses bouleversant la vie des parents.

D'autre part si la mère a du mal à ressentir affectivement la présence de son bébé, celui-ci pourra vivre sa gestation dans un sentiment d'isolement affectif qui risquera de se répercuter tout au long de sa vie.

Enfin tous les éléments marquants relatifs à cette grossesse pourront être considérés.

## La naissance

Certains soutiennent que « l'on naît comme on vit », plaçant ainsi les conditions de la naissance comme déterminantes pour le déroulement de toute une vie. On peut sans pour autant entrer dans un déterminisme absolu, considérer que les conditions de la venue au monde d'un petit d'homme pourront être à l'origine de certaines inhibitions, angoisses, peurs, voire même sentiments de culpabilité.

Naissance facile ou non, travail laborieux, interminable, dilatation arrêtée souffrance insupportable de la mère, déchirure, souffrance foetale, risque vital pour le bébé, forceps ventouses, césarienne, prématurité, dans cette énumération, nous retrouvons des thèmes récurrents lorsque nous évoquons la naissance d'une personne.

Très souvent, ces éléments plus ou moins traumatisants sont plus ou moins connus par les patients, les parents ayant pris soin d'occulter les conditions de leur naissance.

Ou au contraire ils connaissent très bien le récit traumatisant ressassé par leur mère : « A cause de toi j'ai été déchirée, une vraie boucherie, j'ai failli mourir » ou encore « j'ai bien cru que tu n'allais pas vivre, tu es sorti tout bleu et j'ai cru que tu étais mort »...

On imagine les dégâts que peuvent provoquer de tels propos chez un enfant : angoisses culpabilité, etc.

## La première année de vie

Différents éléments seront à retenir parmi lesquels:

- l'accueil du bébé réel, l'allaitement, le maternage.
- Le choix des prénoms, les projections faites sur le berceau.
- Les séparations précoces, couveuse, hospitalisation, absence de la mère.
- Les conditions de vie des parents, tant sur un plan affectif que socio-économique.
- Un éventuel état dépressif de la jeune mère.
- L'entourage familial (conflits, deuils, etc.).
- Le mode de garde de l'enfant, continu ou discontinu, etc.

Ces quelques thèmes brièvement résumés constituent la trame d'un travail visant à combler les fondations d'un être humain.

Car comme on le sait, on peut construire la plus belle maison, elle se fissurera, voire même s'effondrera, si ses fondations ne sont pas stables.

Il en va de même pour l'être humain, si ses fondations sont fragilisées, tant par un sentiment de carence affective, que par des événements extérieurs auxquels le bébé s'est identifié et n'étant pas à même de faire la différence entre sa propre existence et son environnement.

J'aime à dire que ce travail permet de consol(id)er les fondations de l'être, car comme nous l'a démontré Boris Cyrulnik, toute carence peut être comblée par un sentiment d'attachement sécure, amenant à un sentiment de sécurité de base.

Mon expérience de plus de 20 ans en haptonomie me permet de fonder ces propos : il n'est jamais trop tard pour compenser le manque ou le traumatisme, le self (le moi essentiel) aspire toujours à se révéler, à être confirmé dans son essence, pour devenir ce qu'il est au plus profond de son être.

## **L'auteur:**

- **Marie-Noëlle Maston** est Psychologue, Psychothérapeute, Psychogénéalogiste et Haptonome

## **Bibliographie de Marie-Noëlle Maston:**

- Les Fondations de l'Être
- Psychogénéalogie, relation à l'argent et réussite

## **Voir aussi dictionnaire:**

- Haptonomie et transgénérationnel.
- Le psychodégradable

© <http://www.geneasens.com/dictionnaire/projet.html>