

Conférence de Marc-Elie HUON

27 mars 2025

Dans une situation de deuil, 3 dimensions essentielles sont à prendre en compte :

- Tous les deuils sont reliés à la relation pré-existante
- Dans les situations de mort brutale inattendue, comme le suicide, le sujet est l'auteur de sa propre mort
- Il n'y a pas un suicide mais des suicides. A chaque cas, c'est l'histoire tragique particulière d'un sujet qui s'est retrouvé dans une impasse

L'après coup a beaucoup d'importance dans le suicide fatal car l'endeuillé va chercher à comprendre, rechercher du sens, avec parfois un vécu traumatique et de la culpabilité.

Est-il possible de vivre maintenant devant ce manque, ce gouffre, cette solitude, cette désorganisation, cette souffrance ?

Tout dépend du lien qui existait avec la personne qui s'est suicidée et des circonstances.

Freud a été confronté à de nombreux deuils. En 1915, il dira : « le deuil, c'est la réaction à la perte d'un être cher. »

C'est la perte qui est importante. On peut être en deuil dans le cas d'une séparation y compris au niveau symbolique.

Pour Mélanie Klein, c'est une maladie normale... Freud dira aussi que c'est une épreuve et pas une maladie, même si la souffrance est importante.

Il est nécessaire de faire un inventaire psychique de cette relation affective pour préciser ce qui est perdu, ce qu'on a perdu...

Comment s'identifier à quelqu'un qui s'est donné la mort en ayant le sentiment d'avoir été abandonné par lui ? On perd l'autre, mais on perd aussi ce qu'on avait laissé de soi en l'autre et vice versa, ce que la personne a emmené avec elle. Le monde extérieur devient fade. Ce qui compte, c'est celui qui n'est plus et ce qui nous y ramène.

Freud pensait tout d'abord qu'il s'agissait de remplacer une relation d'attachement par une autre relation d'attachement mais à la mort de sa fille, il dira qu'il n'y a pas de substitut possible. En résumé, la tâche du deuil consiste à tracer un lieu de sépulture intérieure, un espace personnel où il sera possible de dialoguer avec la personne disparue sans que tout son être soit envahi. C'est un « tiroir » intérieur que l'on peut ouvrir et qu'on peut refermer.

Devant chaque deuil, se poser 4 questions :

- Qui avez-vous perdu ?
- Quelle était votre relation avec lui ou elle ?
- Qu'est ce qui s'est passé ? Comment l'avez-vous appris ?
- Où en êtes-vous aujourd'hui ?

Dans « journal de deuil », Roland Barthes dit que le temps fait juste passer l'émotion provoquée par le deuil. Quand il évoque le processus de cicatrisation, il dit qu'il « n'a pas envie que la plaie se referme complètement ».

Conférence de Marc-Elie HUON

27 mars 2025

Le deuil n'est pas un processus conscient qui se maîtrise.

Le traumatisme

Définition (au sens premier) : c'est une blessure par effraction

Il faut différencier :

- L'évènement traumatique qui est brutal, inattendu avec parfois des images traumatiques, Il s'accompagne du décès et nous rappelle parfois que nous sommes aussi mortels
- Le traumatisme, c'est l'effraction. Le psychisme est débordé. On est submergé, il y a des blessures psychiques et des manifestations cliniques.

La post-vention

A la suite d'un suicide, il y a une confrontation directe à la mort de l'autre. Il est nécessaire d'être attentif à ceux qui ont assisté ou ont découvert le corps.

Le suicide a un retentissement psycho-social. Il peut réactiver un deuil, ramène à sa propre finitude. Le traumatisme entraîne une sidération. C'est un astre qui nous tombe dessus et qui désastre...on peut avoir l'impression d'être étranger à soi-même, dédoublé. Il peut y avoir des rêves répétitifs, des images, des flashs qui font souffrir (aux confins de l'horreur). C'est un monde d'insécurité fondamentale qui s'inscrit chez les endeuillés après suicide, sachant que souvent aussi, ils bénéficient d'un soutien social moins grand qu'avec un autre deuil.

Plus la mort est violente, plus l'endeuillé se focalise sur les circonstances. L'état de choc rend ne permet pas de dissocier le suicide de l'acte. Il ne faut pas trop d'ingérence dans l'accompagnement :

- Attention prévenante mais pas accaparante
- Sécurité nécessaire : avec qui vous sentez-vous le moins angoissé ?
- Pour la patiente, un deuil nécessite du temps
- Il ne faut pas forcer la verbalisation (le fascisme serait d'obliger à dire).
- Il ne faut pas être trop désirant pour l'autre : qui est-on pour vouloir le bien de l'autre ?

C'est l'endeuillé qui choisit à qui il s'adresse. Il est important d'accorder une place à la souffrance, la douleur (qui a pour fonction de maintenir un lien avec celui qui n'est plus là et de lutter contre la culpabilité).

Victor Hugo disait : « tu n'es plus où tu étais mais tu es partout où je suis »

Quand il y a des images traumatiques, il s'agit de renouer des liens entre les affects et les images. Cela demande beaucoup de temps.

La colère est encore plus marquée dans les deuils après suicide.

De même il y a une inflation du sentiment de culpabilité car il s'agit d'expier le droit de rester en vie quand l'autre a perdu la vie.

Conférence de Marc-Elie HUON

27 mars 2025

Il ne faut pas minimiser le fait qu'en se sentant coupable, la personne peut se raconter. Si elle ne le fait pas, il y a risque de repli.

Paul RACAMIER disait : « certaines personnes préfèrent se sentir coupable plutôt qu'incapables ».

Néanmoins, se sentir coupable est différent d'être coupable. Le suicidé crie à l'endeuillé son impuissance. L'amour n'a pas pu empêcher la mort de l'autre. C'est une illusion de croire que l'on est responsable de la vie de l'autre. Quand on lâche la toute puissance, on lâche la culpabilité. C'est en reconnaissant une vie autonome au suicidé qu'il devient possible d'envisager une séparation avec lui.

Il s'agit de renoncer à tout savoir, tout comprendre pour attribuer un sens personnel au décès qui n'est valable que pour soi et pas pour les autres membres de la famille.

Il peut aussi exister une relation d'ambivalence avec une personne qui s'est suicidée : aspects négatifs de l'autre, amour et tensions. Il faut différencier la « bonne » image de l'image idéalisée de l'autre.

Parfois, le passage par le pardon est nécessaire dans le deuil après suicide : il s'agit de reconnaître qu'il nous a violenté par son geste mais aussi de se pardonner à soi pour pouvoir commencer une autre histoire.

L'accompagnement

Il se fait par l'appui sur un autre ou sur plusieurs autres, un autre secourable, un groupe de parole. Il s'agira de ne pas être en position de savoir, ne pas dire que l'on comprend, à la rigueur que l'on croit comprendre. Il faudra vérifier la capacité à écouter les autres dans un groupe et surtout, toujours prévoir un entretien préalable pour vérifier le besoin d'être écouté qui doit être respecté avant d'entrer dans un groupe.

Dans le deuil, il y a toujours un temps de remémoration et d'identification. Dans le cas des endeuillés par suicide, il y a un mystère qui ne peut être résolu.

Il est important de différencier le suicide, de la personne, et de ne pas disqualifier en tant qu'accompagnant.

Les adolescents sont très attachés au symbolique et aux rituels. Il peut y avoir une offense narcissique pour un adolescent qui perd un parent par suicide. Le parent mort est alors un parent défaillant et engendre beaucoup de colère.

Marc-Elie HUON