

# Recension «La relation entre les adultes et leurs parents»

- De Sylvie Galland, Montréal : Les Editions de l'Homme, 2019, 205 pages

## Recension par Jean Martin

Sujet bien intéressant que celui que traite Sylvie Galland, qui a été directrice du Centre psychothérapeutique de l'Hôpital de l'Enfance, à Lausanne, et est aussi spécialiste du psychodrame de groupe pour adultes.



« En s'assouplissant, les systèmes familiaux laissent davantage de place à la recherche d'un art de vie singulier, à l'autodétermination. Chaque famille invente ses modes particuliers, témoignant d'amour et de solidarité mais aussi en fonction de rejets, de peurs et de culpabilités. [...] L'obstacle est nécessaire à l'évolution, mais les entraves au changement sont singulièrement présentes sur le chemin de l'indépendance entre parents et enfants. »

Parmi les thèmes abordés dans les sections successives : se dégager d'un système familial, les systèmes de valeurs, la difficulté de dire... et d'entendre les blessures, les « demandes impossibles », les changements inéluctables, l'inversion des rôles quand l'âge est là. Et, à propos de fin de vie : « se rencontrer pour se séparer », les promesses sur un lit de mort, laisser partir. Avec des fins discrètes et sereines. « Il a semblé attendre d'être seul pour rendre l'âme. » D'autres plus difficiles. Cela est illustré par de très nombreux éléments tirés de la pratique, dits et entendus lors de rencontres et de dialogues. Chaque lecteur aura des occasions de trouver des similitudes avec ce qu'il/elle a vécu. Il est bon de temps en temps de voir qu'on n'est pas seul à rencontrer ces difficultés !

Un chapitre est intitulé « La transmission par les récits », chose importante qui aujourd'hui ne bénéficie pas souvent de la disponibilité et du temps adéquats. Dans la conclusion : évoluer vers l'âge adulte (qu'on soit jeune ou moins jeune), c'est devenir peu à peu son propre parent - ce qui veut dire se référer à soi-même et à ses valeurs plutôt qu'à celles d'autrui, et « puiser en son for intérieur l'amour qui nous habite ».

« Lorsque les mots ne viennent pas au bord des lèvres, ils s'en vont hurler au fond de l'âme » : citation que fait l'auteure de Christian Bobin, qui confirme l'intérêt qu'il y a à lire ce livre bien écrit.