

## ■ TÉMOIGNAGES

# La survivance, une épreuve psychologique terrible que certains vivent au quotidien

► **Perdre un frère ou une sœur**, même au stade de la grossesse, peut représenter une épreuve très douloureuse et provoquer un manque difficile à combler.

► **Ce phénomène, appelé survivance**, a fait l'objet d'un livre de témoignages, dont celui du Jurassien Yanis Plomb, qui a également illustré l'ouvrage.

► **Une association d'aide romande** existe pour les personnes traumatisées, avec une antenne très active dans le Jura.

porte, que l'on traîne, sans que l'on sache forcément d'où elle tire son origine.

### Le sens de la vie remis en question

«Ma mère a avorté une première fois avant la naissance de ma sœur aînée, puis une seconde fois entre la naissance de mon frère et la mienne. Inconsciemment, j'ai toujours ressenti une culpabilité existentielle: je n'avais pas le droit d'être là.» La perte prématurée de membres de sa fratrie fait d'Aude, l'une des témoins, une véritable survivante. Un concept assez méconnu, qui constitue un fardeau extrêmement lourd pour celui qui le porte.

Pour l'AGAPA, le terme «survivant» fait référence à tout individu qui présente des symptômes tels que le mal-être, ou encore une difficulté à exister suite à un stress ou une menace ressentis pendant la vie intra-utérine. D'autre part, la souffrance peut également venir de la perte d'un frère ou d'une sœur non-né(e). Il en découle un sentiment de malaise, de culpabilité parfois, le tout accompagné de questions existentielles dont les réponses ne sont pas toujours évidentes à trouver: Pourquoi suis-je là? Quelle est ma place dans ce monde? Pourquoi ai-je pu survivre alors que d'autres n'y ont pas été autorisés?

Véronique s'est longtemps sentie coupable, alors que sa



Un des témoignages du livre fait référence à «ce vide profond» et cette «insécurité intérieure chronique», sentiments provenant essentiellement de l'absence de ce frère ou de cette sœur à ses côtés. PHOTO DANIELE LUDWIG

mère abandonnait études et ambitions professionnelles au moment de sa naissance. Une responsabilité d'autant plus écrasante que cette dernière

avait essayé de stopper sa grossesse en ingurgitant des pilules.

«Tout au long de mon enfance, j'aurai ce sentiment de

déranger, de ne pas mériter d'être là», se souvient-elle.

Les différents témoignages réunis dans le livre traduisent d'ailleurs bien les deux types

de survivances décrits par le psychiatre français Benoît Bayle. De manière générale, le survivant est celui qui a réchappé à une catastrophe collective, affrontant la menace d'anéantissement et restant en vie alors que certains de ses pairs ont trouvé la mort. L'autre forme de survivance est plus individuelle et concerne une menace personnelle de mort ne mettant pas en danger autrui.

### Quand l'adulte déteint sur l'enfant

Quoi qu'il en soit, il est difficile de comprendre comment des réactions psychologiques d'une telle complexité peuvent intervenir à des stades si précoces de la vie parfois, comme lors de la perte d'un jumeau au stade embryonnaire par exemple.

Benoît Bayle y voit plutôt le jeu de relations entre l'être en gestation, le bébé, l'enfant et ses parents. Une transmission de ce lourd sentiment, en quelque sorte, marquée par la douleur parentale après la mort d'un fœtus, ou dans d'autres cas par la violence d'une intention initiale de destruction, comme dans le cas de Véronique.

OLIVIER ZAHNO

• «Témoignages autour de la survivance. Deuil périnatal et survivance». Édité par AGAPA Suisse romande. 2009. Renseignements sur [www.agapa-suisseromande.ch](http://www.agapa-suisseromande.ch)

## AGAPA Jura: huit ans de soutien sans faille

Revisiter son passé, reconnaître ses difficultés ou encore acquérir des outils qui permettent de traverser sa souffrance sont autant d'éléments d'aide proposés par l'Association des Groupes d'accompagnement pertes de grossesse abus maltraitance négligence (AGAPA) depuis plus de quinze ans maintenant.

Ce parcours d'accompagnement spécifique destiné aux personnes souffrant notamment de survivance a vu le jour au Canada, sous l'impulsion du pédopsychiatre et chercheur Philippe Ney. Le but était alors de créer un espace d'écoute, de parole, de thérapie. Peu à peu, le procédé a fait ses preuves et s'est internationalisé. Une section romande de l'AGAPA est créée en 1996, d'où partiront ensuite plusieurs antennes cantonales, dont celle du Jura.

### Une antenne téléphonique

Active depuis 2002, l'antenne jurassienne accompagne toute personne touchée par des problématiques de pertes de grossesse, de survivance et de maltraitance. Le travail est effectué sous la responsabilité de Geneviève Sallin Schaffter. Solidement formée dans le domaine du social et dans la méthode d'accompagnement développée par Philippe Ney, cette dernière est pour le moins aguerrie, et a fait depuis longtemps de l'aide son champ de bataille. «C'est un travail pour lequel je me suis très vite sentie à l'aise. Tout commence par l'écoute d'autrui», précise la responsable. «L'important est d'abord d'expliquer quelles sont les problématiques que nous traitons. Nous pouvons



La culpabilité ressentie, parfois écrasante.

ILLUSTRATION YANNIS PLOMB

voir dès lors si la personne se reconnaît dans les symptômes et, le cas échéant, lui proposer la prestation adéquate.» Une première étape téléphonique qui permet donc d'informer, de conseiller, et s'il le faut de réorienter les personnes.

### Revisiter son passé

Arrive ensuite l'entretien individuel, rencontre qui permet de définir les moyens appropriés pour faire face à la souffrance. Un soutien à court terme qui peut suffire dans certains cas, mais qui peut aussi amener à passer à l'étape suivante, à savoir les rencontres en groupes.

L'AGAPA propose à cet effet des groupes d'accompagnement destinés à celles et ceux qui souhaitent aller plus loin, dans une démarche thérapeutique. Vingt-six séances de trois heures sont agendées,

sur une durée de six mois. Un processus en trois étapes est proposé, qui passe par la réhumanisation – revisiter son passé, aller en profondeur –, le deuil, et la réconciliation avec soi, avec son agresseur. «Un processus très bien fait, et qui a toujours un début et une fin», note Geneviève Sallin Schaffter. «L'interaction dans les groupes a une grande force qui fait résonance chez l'autre. On y trouve de la solidarité, de la fraternité.» Des conditions qui permettent d'aller de l'avant, de se décharger de cet immense poids que l'on porte sur son dos.

### En quête de reconnaissance

La thérapie distillée par l'AGAPA jouit actuellement d'un bon accueil, même si l'association aspire à plus de reconnaissance dans les domaines médical et social. «Nous ne sommes pas encore reconnus en tant que service d'utilité publique dans le canton», explique la responsable de l'antenne jurassienne. L'AGAPA travaille pourtant avec du personnel hospitalier, une véritable formation qui permet de le préparer au mieux aux situations d'avortement notamment.

Thérapie, aide, formation... l'AGAPA a fait ses preuves dans plusieurs domaines, et se tient prête à écouter toute personne concernée de façon personnelle ou professionnelle par un deuil suite à une perte de grossesse, la perte d'un frère ou d'une sœur, ou encore des abus ou maltraitements.

OZA

• AGAPA Jura: © 032 435 67 10.

## Le souvenir de Yanis Plomb, un homme qui a su se libérer

Disparu tragiquement dans un accident de la route il y a un peu plus d'une année, Yanis Plomb a lui-même été un survivant pendant de longues années. Son témoignage et ses illustrations dans le livre de l'Association des groupes d'accompagnement pertes de grossesse abus maltraitance négligence (AGAPA) ont été un moyen pour lui d'explorer, de rendre compte de cette douloureuse expérience que lui et beaucoup d'autres ont traversée.

### Entre la vie et la mort

«J'ai utilisé le noir et le blanc dans mes dessins pour que le lecteur puisse percevoir à quel point le survivant oscille entre l'ombre et la lumière», explique-t-il dans une postface du recueil. Des phases antagonistes, entre la vie et la mort, que le jeune homme a bien connues. Il aura fallu beaucoup de temps à Yanis pour comprendre l'origine de son mal-être, de ses angoisses, de cette mort toujours présente en lui. Une marque indélébile, «aussi douloureuse qu'informatrice», selon lui. Jusqu'à ce moment où Geneviève Sallin

Schaffter, sa belle-maman, lui parle de son travail au sein de l'AGAPA et des signes qui caractérisent la survivance. C'est la révélation immédiate, la certitude qu'un être lui manque, une petite sœur selon lui, qu'il prénommera Estelle, et qui a vécu auprès de lui dans le ventre de sa mère pour les premières semaines de sa vie. Un véritable soulagement, un apaisement, la libération d'un poids très lourd consécutif à cette mort précoce. «J'écris à présent une nouvelle histoire, celle qui s'appuie sur le chemin parcouru. Goûter aux prémices d'un amour qui ne saurait se contenter de cette vie. Cet amour-là est devenu, grâce à Estelle, le but et le sens de mon existence.»

Geneviève Sallin Schaffter se remémore d'ailleurs avec émotion toute l'affection dégageée par Yanis, un homme «qui avait la capacité de saisir la réalité des gens, de les envelopper de tout son amour». Un cœur énorme, une sensibilité exceptionnelle pour cet amoureux de la vie, parti bien trop vite, et qui continue de rayonner pour ceux qu'il aime.

OZA