

# Le temps dans la thérapie conjugale et familiale psychanalytique

**Anny Veillette**, M.Sc., T.S., T.C.F., psychothérapeute, GMF-U Laurier  
annyveillette@gmail.com

## **RÉSUMÉ :**

*Cet article traite de l'inscription du temps à la fois dans le social, la culture et l'inconscient des individus, des couples et des familles. Ses conceptions plurivoques et ses multiples figurations dans l'espace clinique donnent accès au vécu de la personne et à ses rapports aux autres et à son environnement. À partir d'une vignette clinique d'un couple en psychothérapie d'orientation analytique, l'auteure présente les divers aspects de la temporalité qu'elle met en parallèle avec l'évolution de l'individu, puis du couple et de la famille. Elle en illustre la place dans le cadre clinique et les particularités de ses figurations dans le déroulement de la thérapie conjugale et familiale psychanalytique. La maîtrise par le thérapeute de ces différentes présentations de même que son propre rapport au temps dessinent les enjeux du déroulement du processus de transformation de la souffrance du groupe conjugal et familial afin d'en éviter les miroirs aux alouettes.*

## **MOTS-CLÉS :**

*Temporalité, groupalité, inconscient, scène, illusions, couple, famille*

## **INTRODUCTION**

Le temps est une référence incontournable dans notre rapport au monde, un rigoureux marqueur de réalité. La psychanalyse, comme l'histoire, s'y sont intéressées de longue date. En effet, la notion de temps recouvre de multiples réalités. Dans l'espace clinique, ses présentations variées et parfois contradictoires peuvent cependant porter à confusion. Pour peu qu'on y soit attentif, le rapport au temps nous en apprend beaucoup sur les êtres et sur leur vision de l'autre et du monde. Également, le discours sur le temps et la temporalité nous guident dans la compréhension de la façon d'appréhender une situation et d'y faire face.

Cet article a pour objectif de faire apparaître les dimensions du temps, tant dans nos vies quotidiennes que dans le discours en psychothérapie, et de sensibiliser les intervenants à l'importance de son écoute attentive pour saisir davantage le vécu de chacun, tout comme dans les couples et les familles. Ainsi, après une brève définition de la temporalité, nous nous attarderons aux diverses notions de temps et à la place qu'il occupe dans le développement des personnes, des couples et des familles. Au fil du texte, nous verrons à travers une vignette clinique, en trois courtes séquences, comment les partenaires d'un couple en thérapie conjugale d'orientation analytique en font mention de différentes manières, à divers moments importants de leur démarche. Enfin, la place du temps dans le cadre clinique et les particularités de ses figurations dans le déroulement de la thérapie conjugale et familiale psychanalytique seront abordées.

## 1. Le temps : un objet plurivoque

D'entrée de jeu, il convient de rappeler que le discours sur le temps nous donne accès à la réalité psychique humaine qui en est traversée, tissée littéralement, avec toutes ses complexités. Pour peu que l'on sache écouter ses variantes, il s'agit d'un objet plurivoque qui nous donne accès aux épaisseurs de l'être et des liens qu'il tisse autour de lui, dans toute sa subjectivité :

« La temporalité est un concept qualitatif, il concerne le rapport au temps. La temporalité est une construction psychique, la qualité d'un processus évolutif, progressif ou régressif : l'héritage du passé, l'actualisation du présent et le projet d'un avenir prennent valeur et sens dans des étirements et des condensations du temps, des transitions et des ruptures, des rapports entre la continuité et la modification. La temporalité a partie liée avec la mémoire, individuelle et collective. » (Kaës, 2015 : 100)

Ainsi, le discours sur le temps et la temporalité offrent à entendre plusieurs choses à la fois, d'où l'appellation que nous lui avons donnée d'objet plurivoque. L'illustrent bien les contes de fées, ces belles histoires de notre enfance qui nous permettaient d'avoir accès à des aventures et à des récits de relations amoureuses et passionnelles. À y regarder de plus près, ces récits commencent invariablement par une référence au temps « Il était une fois... » ou « En des temps très anciens... », ou encore « Il y a de cela très très longtemps... », et finissent également par une référence au temps « Et depuis ce temps, il y eu dans le pays... », marquant la transformation qui s'inscrit dans le temps ou « ils vécurent heureux jusqu'à la fin des temps », ce qui fait aussi référence au temps du bonheur sans discontinuité, laissant entendre que malgré le temps qui passe, l'harmonie perdure. Dans le conte de la Belle au bois dormant, il y a mise en opposition radicale du temps « la Belle s'est endormie pendant 100 ans », ce qui souligne le lent passage du temps, tel que subjectivement évoqué par les célibataires souffrant de solitude, une solitude qui n'en finit plus et qui leur semble durer à l'infini. Si Bettelheim (1976) a bien situé qu'il s'agissait de l'illustration de la période de passivité adolescente prometteuse des changements qui finissent toujours par survenir, on y constate, complètement aux antipodes de ce temps figé, le temps raccourci par la distorsion majeure du début de la passion amoureuse et de l'idéalisation inhérente à l'élan amoureux « à l'arrivée du Prince charmant, dès le premier baiser, elle tomba éperdument amoureuse de lui... ». Autant d'illusions, d'espoirs, mais aussi de mirages du temps, miroir aux alouettes... Ainsi s'y retrouvent toutes les histoires possibles « Time is the canvas on which the human experience is drawn, the personal and collective story told » (Loewenberg, 2015 : 771).

Pour illustrer l'omniprésence du temps dans le discours des couples en thérapie, voici une brève vignette clinique, dans les espaces moins idylliques de la souffrance d'un couple que nous avons reçu en psychothérapie conjugale pendant près d'un an.

*Ensemble depuis 15 ans, Bruno et Geneviève ont 4 enfants, tous âgés de moins de 10 ans. Le couple a amorcé une démarche de thérapie conjugale puis de séparation devant l'indifférence sentimentale confirmée de Geneviève depuis quelques semaines et sa décision de se retirer du lien conjugal. Une fois le choc de la nouvelle passée, Geneviève s'est inquiétée du temps que Bruno allait prendre pour quitter le domicile familial. Tel qu'elle le connaissait, il prendrait son temps pour ranger ses affaires, penser à toutes les possibilités, commencer et recommencer ses bagages. Pour elle, cela allait prendre une éternité. À cette évocation, Bruno se sentait complètement bousculé, comme si Geneviève ne pouvait plus du tout l'endurer, qu'il aurait mieux valu qu'il soit déjà parti, et il se sentait amèrement rejeté.*

Cet homme vivait l'attente de sa conjointe qu'il parte de la maison comme une urgence alors qu'elle mettait en lumière, en insistant pour qu'il s'active plus rapidement, les habitudes tergi-versations de son conjoint obsessionnel. Ce qui se passait dans leur fonctionnement conjugal, à leur insu, dans leur rapport de contrôle et de pouvoir, s'exprimait dans leur rapport au temps, faire vite ou prendre son temps, à cette étape de leur séparation, alors qu'ils avaient enduré solitude et distance l'un envers l'autre depuis plus de deux ans.

## 2. Typologie du temps et représentations dans le développement humain, conjugal et familial

La notion de temps structure les sociétés humaines et les rapports humains : le temps conventionnel, fuseaux horaires et datations, le temps chronologique ou temps réel, continu et irréversible pour chacun, mais aussi le temps mythique et le temps inconscient, pour reprendre la typologie introduite par Berenstein (Eiguer, 1983 : 65; Kaës, 2015 : 109).

### 2.1 Le temps chronologique

Tout d'abord, le temps chronologique est une donnée éminemment sociale et culturelle. Ce sont les événements historiques, collectifs et privés, inscrits dans la chronologie réelle : les fondations, les grandes époques des civilisations, les découvertes, les jours commémoratifs, les fêtes religieuses, etc. Dans la sphère privée, il s'agit des anniversaires de mariage, de naissance, de décès, les dates de rencontre et de déménagement, autant de repères du temps qui organisent des rituels de rappel de ce dont il est important de se souvenir. La plainte maintes fois entendue en thérapie de couple sur l'oubli d'un anniversaire ou sur les ratés de la célébration de la St-Valentin vient bien illustrer l'investissement de sens de ces repères temporels dans la culture, traduits dans les rapports conjugaux et familiaux.

Le temps dans les sociétés humaines, du moins sa conception et sa représentation, se modifie. Il est l'objet de changements de mentalités, notamment l'accélération du temps depuis quelques décennies, en mutation profonde depuis des siècles déjà. Le psychanalyste français René Kaës, dans son livre *Le Malêtre*, situe les effets sur la structuration psychique des changements dans la conception de la temporalité :

« La vitesse a bouleversé notre conception du temps et nos temporalités psychiques, sociales et culturelles, en introduisant entre celles-ci des différences et des variations considérables. Ceux que nous nommons nos « contemporains » ne vivent pas tous dans le même temps, au même rythme et dans le même espace sociétal ni dans la famille, ni entre les générations : les plus jeunes sont dans la temporalité courte de l'immédiat, sans différé ni latence; les plus anciens dans la temporalité des projets et des échéances. » (2012 : 198)

Avec cette accélération, voire ce télescopage de l'espace-temps par le virtuel et l'immédiateté des moyens de communication et des réseaux sociaux, se développe une obsession toujours accrue de la gestion du temps dans nos sociétés. Ces phénomènes marquent l'ensemble des rapports humains et s'introduisent inévitablement dans la vie des couples et des familles. Organiser un souper de Noël des mois d'avance est nécessaire aux aînés, mais combien superflu pour les jeunes adolescents plus soucieux du présent.

L'espace thérapeutique et l'ensemble des processus s'y rattachant ne sont pas exempts de ces influences dans la perception du temps. À cet égard, la durée de la formation psychanalytique, tout comme la durée de l'analyse du futur thérapeute avec la répétitivité du rituel du divan, est complètement à contre-courant de la conception actuelle dominante de la temporalité, centrée sur le court terme, la brièveté. Ceci étant dit, la pratique psychanalytique n'est pas hors de son temps et a développé de nouveaux modèles psychothérapeutiques pouvant répondre en partie aux pressions du temps dans les institutions sans en dénaturer l'essence (Dauphin, 2017).

Le temps chronologique réfère aussi au passage du temps, pour tout être humain comme pour toute chose. Chez l'humain, de l'enfance à l'âge adulte, avec ses stades de développement et ses moments critiques, le temps s'écoule inexorablement, du moins dans la conception dominante du temps en Occident. Ainsi, dans les liens et au fil des événements, le sujet traverse des étapes de même que la famille vit des cycles : la vie dans la famille d'origine, l'ouverture au couple et à l'alliance, l'étape des enfants et, de nombreuses années plus tard, celle de leurs départs de la famille nucléaire et le retour à la vie à deux. Adulte maintenant vieillissant, la personne est seule ou vit à deux, entourée ou non des enfants adultes et de leur progéniture, nouveaux représentants du déroulement de la vie (Pauzé, 2001, cité dans Angel et Mazet, 2004). Le temps qui passe, c'est l'avancée en âge et la confrontation à la finitude du temps, le rapport à la mort et aux pertes associées, avec toute l'angoisse que l'échéance inconnue comporte, accomplissements certes, mais également décrépitude, vides et souffrances.

Dans la question de l'écoulement du temps, on ne peut faire abstraction du rapport aux générations précédentes. Notre place dans l'ordre des générations trace les obligations, les dettes et les attentes, incluant les contrats narcissiques, c'est-à-dire ce qui nous est commun et nous caractérise, volontairement ou à notre insu, et qui permet d'assurer la continuité de l'identité singulière de la famille. Par exemple, si dans une famille on s'enorgueillit d'être de bons travailleurs, les difficultés d'insertion socio-professionnelles risquent d'être objet de mépris ou de secrets empreints de honte, le tout tenu hors de la conscience, mais non moins dévastateur. Aussi, dans ces transmissions entre les générations est incluse la manière dont le temps faisait ou non son œuvre : comment les grands-parents, les ancêtres eux-mêmes ont-ils vécu les changements familiaux? Comment ont-ils transformé les inévitables épreuves ou le développement difficile de l'un ou l'autre membre de la famille? Leurs capacités à transformer le négatif, à faire les deuils, à aménager des accommodements et leurs anticipations relatives aux aléas de la vie ont modulé leur adaptation ou non au passage du temps. L'introjection des deux modèles issus des familles d'origine des partenaires et marqués de ces compétences organisera le rapport au temps de chaque nouveau couple. Le passé est présent dans l'actuel et dans le futur.

Dans l'histoire des couples, le temps, c'est notamment le temps du désir des partenaires amoureux. Consacrer tout son temps à l'autre et au nouveau couple, arrêter le temps : « le temps est suspendu quand je suis avec toi », « le temps passe trop vite ensemble ». Leur rapport au temps est plein de cette densité, mais également de l'espoir de la durée et de la pérennité du nouveau lien. Et c'est évidemment la réorganisation de la temporalité de son propre récit de vie : avant la rencontre et après celle-ci.

Le temps chronologique s'inscrit dans le temps de la quotidienneté du couple conjugal, c'est-à-dire le partage d'un cadre spatio-temporel, et l'actualisation de la sexualité génitale, caractéristiques du lien conjugal (Puget et Berenstein, 1991). En effet, la relation d'amant a ceci de distinctif notamment de ne pas profiter de l'aménagement du temps et de l'espace du cadre conjugal. Le temps du quotidien, c'est l'intimité des lieux et des repas partagés, des vacances, les tâches reliées à l'entretien de la vie courante, etc. La quotidienneté permet l'accueil et le développement des enfants, tout le monde étant réuni dans un habitat concret dans lequel se construira l'habitat intérieur de chacun, avec ses représentations, ses symboles (Eiguer, 2006). À cet égard, les séparations conjugales viennent couper et redistribuer le temps partagé dans un même espace. Elles ébranlent le sentiment de continuité de tous les membres de la famille.

Ce temps du quotidien dans les familles fait l'objet de multiples pressions, car les membres ne sont évidemment pas à la même place au même moment dans leurs besoins et leurs enjeux. Cela crée des tensions inévitables autour du rythme, du temps partagé ou du temps consacré à

l'une ou l'autre activité. Les adolescents, avides de vivre et d'expérimenter, n'ont pas le même rapport au temps que des parents à la retraite et désireux de prendre un rythme moins effréné que le temps du travail. Et que dire du temps bousculé par la maladie, une naissance, un accident? Quels remaniements sont requis pour préserver l'équilibre familial? Comment accorder ces variations dans le rapport subjectif au temps? Ces enjeux sont complexes et soumettent la famille à des crises qui peuvent être réorganisatrices ou au contraire trop souffrantes. Pourtant, la famille a besoin de moments de synchronie pour renforcer ses liens et assurer son maintien dans ces inévitables diachronies que sont les ruptures, les contraintes et le passage du temps (Goldbeter-Merinfeld, 2007; Kaës, 2015).

Ceci étant, le rapport à la temporalité dans le couple et la famille ne suit pas de logique linéaire comme le temps continu chronologique ni même cyclique, bien qu'ils s'y inscrivent et en soient marqués. Ces conceptions du temps n'épuisent pas la compréhension de ce qui se produit dans les couples et les familles face au temps. Rappelons-nous comment le couple en rupture vivait des émotions intenses reliées au temps, mais dont ils avaient bien peu conscience. La psychanalyse nous introduit à deux autres notions de la temporalité et précise que le temps se construit au-delà et en deçà, pourrions-nous dire, de ce que nous saisissons de la réalité.

## 2.2 Le temps mythique

Pour chacun d'entre nous, la construction de la temporalité est intimement liée à la place dans le récit sur la famille des événements qui la concernent, leur ordonnancement, les impacts reconnus et la suite des choses, l'assignation des places et des rôles de chacun dans le groupe familial, l'investissement affectif les uns envers les autres, la contenance et la protection des petits et des vulnérables de même que les défaillances à contenir et protéger. C'est aussi la projection dans l'avenir du groupe. Bref, il s'agit du roman familial tel que construit sous l'influence de l'activité inconsciente de la famille, nucléaire et élargie puisqu'il est aussi question ici d'au moins deux générations, souvent de plusieurs générations, enfants, parents, grands-parents. Dans ce roman familial, il s'agit de ce que l'on veut bien raconter comme histoire de la famille, car le récit n'est évidemment pas le réel. En sont tenus secrets les échecs, les ratés et les hontes qui émanent de ces fantômes.

Il s'agit du temps mythique, pour reprendre la typologie de Berenstein (Eiguer, 1983; Kaës, 2015); perception subjective du temps, avec ses oublis, ses emphases, ses confusions de dates ou d'événements. Le psychanalyste argentino-français Alberto Eiguer en dira ceci « le temps s'inscrit dans l'inconscient familial dans l'articulation des représentations, dans l'oscillation de la mémoire et de l'avenir. Le temps n'existe que par sa réalité seconde, mais on ne peut imaginer la structure d'une famille sans le temps » (1983 : 78).

Ce temps mythique est ouvert à la réélaboration par la personne qui cherche à comprendre ce qui peut se produire dans ses rapports familiaux ou conjugaux. Elle reprendra le récit du roman familial à sa manière, en l'introjctant avant de le subjectiver, à cette étape-ci de son histoire. En thérapie, cette histoire pourra se déployer, se clarifier, se confronter et amener une autre compréhension de soi, de ses choix, et ainsi revoir le rapport à l'autre, à ses proches notamment. C'est ce que Geneviève a fait avec l'histoire de la séparation de ses propres parents, invitant dans la séance, par son récit, l'autre génération qui l'avait précédée.

*Geneviève se rappelait à peine la séparation de ses parents. Son père était parti sans explication et sa mère n'en avait pas davantage parlé. Elle avait vu progressivement sa mère déprimer et avait été placée à 12 ans, quelques mois, sans vraiment comprendre ce qui se passait... Elle essayait de comprendre sa réaction face à son ex-conjoint. Quitter rapidement le domicile familial sans en parler était son expérience, souffrante certes, mais connue. Le temps qui s'étirait avant que Bruno ne parte la remettait en contact avec des affects de détresse qui la dépassaient par leur intensité et qu'elle voulait à tout prix s'épargner.*

Geneviève exprimait comment, pour elle, son histoire était faite de pages blanches, avec des trous d'informations, mais remplies d'affects d'abandon et de dépression. C'est d'ailleurs sa deuxième dépression qui l'avait menée en thérapie de couple, sur la suggestion de son médecin de famille. Elle revivait la passivité et le mutisme de sa mère et de son père, et ne trouvait pas les mots pour dire à Bruno ses malaises et ses besoins. Sur le mode de l'urgence, elle décidera d'ailleurs de partir avant que Bruno n'ait fini de s'organiser. Bien que sa demande soit légitime qu'il quitte, la difficulté à prendre le temps de faire les choses, notamment expliquer aux enfants et vivre leurs réactions, traduisait des éléments encore non conscientisés de son histoire familiale.

Vivre et quitter la famille d'origine influencera notre manière de créer des liens d'intimité à l'âge adulte et aussi comment on les quitte (Usher, 2017). En thérapie conjugale analytique, le cadre, le processus associatif et les interprétations des liens ont pu permettre de reprendre l'histoire de la séparation de ses parents. Cela lui a permis de trouver le sens à sa détresse et à son impulsivité, de renouer affects et vécu familial puis de prendre une distance et de trouver une manière plus souple et plus adaptée de faire face à ses propres enjeux familiaux.

### 2.3 Le temps inconscient

Si le temps mythique fait précisément référence au temps tel que vécu dans le récit familial, le temps fait aussi référence aux origines de la vie et aux processus inconscients qui échappent aux processus secondaires de la pensée et du récit, le temps de l'inconscient. Tout d'abord vécu utérin hors du monde, scène primaire. Puis vécu indifférencié de complétude des premiers mois de la naissance dans la fusion mère-bébé, illusion puis désillusions fondatrices du Moi de l'enfant. Ce sont dans les interactions précoces mère-bébé, avec tous ces rythmes du quotidien des soins et des liens affectifs, que se construisent les premiers nouages de la trame temporelle du psychisme (Mellier, 2003). C'est déjà dans ce temps que la famille d'origine s'inscrit dans la psyché de l'enfant. Au mieux, l'enfant se développera dans une bonne intégration soma/psyché avec le développement de l'appareil à éprouver et à penser chez lui, lui permettant de devenir de plus en plus un être unique, avec son corps, ses besoins et ses désirs. De plus en plus, il aura la possibilité d'établir des liens avec l'objet maternant et les autres personnes l'entourant d'attentions et de soins. Parce qu'il a été pensé dans le désir de ses parents avant même sa conception, premier temps de son inscription dans le réel, parce qu'il a été porté dans le regard et la psyché de ses parents, parce qu'il a été mené vers le monde avec eux.

Le temps de l'inconscient, c'est aussi le temps très archaïque du vécu non-vécu, associé à la peur de devenir fou ou à la crainte de l'effondrement de Winnicott (1989). En deçà du souvenir ou de la trace mnésique, il s'agit d'un vécu antérieur à la capacité psychique du nourrisson de le saisir et de le penser, le bébé seul face à l'insuffisance de holding et de psychisation par la mère du vécu de son nourrisson. Les ressentis bruts ne sont pas transformés, mentalisés : ils restent un vécu empreint de sensations corporelles associées à des affects catastrophiques, de chute, de morcellement, d'effroi (Cyrulnik, 1995). Hors du souvenir, hors de la pensée, mais pas hors du temps.

### 2.4 Prévalence du temps inconscient dans les couples et les familles

Dans la fondation de tout couple et de toute famille, il y a prévalence du temps inconscient, véritable retour à l'enfance : retrouvailles de l'objet d'amour perdu, mises à contribution à son insu des identifications primaires qui fondent le choix de partenaire, la construction du soi conjugal et l'interfantasmatisation dans le groupe-couple, puis dans le groupe-famille. Les avatars de l'attachement et les conflits non résolus s'expriment dans la réalité du nouveau couple. À titre d'exemple, quand le nouveau couple formé se sent toujours en dette de la famille d'origine, quand la dette prend trop de place, on est dans le temps inconscient : le temps passe, les enjeux de la nouvelle alliance sont dévalorisés au profit de la famille d'origine.

Ce retour dans le passé, c'est aussi le retour du refoulé, vécu déjà vécu, mais enfoui dans l'inconscient, avec toute l'étrangeté que cela peut représenter : sensation d'effraction, débordement émotionnel vivement ressenti par chacun qui en fait l'expérience. Les moments de tensions et de crises dans les couples en sont une bonne révélation. Dans la mesure où l'on comprend que le couple est uni par un appareil psychique groupal inconscient, composé des manières de penser et de ressentir de chacun, conscientes ou non, ce que chacun vit dans son monde interne contribue à ce que le couple va penser ensemble, ce que nous appelons en psychanalyse groupale, conjugale et familiale, l'interfantasmatisation dans l'inconscient du groupe. Construit comme un ensemble, une groupalité (y sont les imagos parentaux, les idéaux du Moi, les identifications, etc.), l'inconscient, ce monde interne de chacun, engendre l'émergence de vécus originaires tenus massivement hors de la conscience, mais réactivés par les inévitables désillusions de la vie partagée avec l'autre.

Dans un couple, la résurgence de l'état de détresse originelle, manifestée par la charge émotionnelle et l'intensité de la scène de ménage (Anzieu, 1986), marque l'arrivée du temps des exigences, lesquelles impliquent souvent une notion d'immédiateté, d'instantanéité, temps raccourci des événements, voire de l'urgence « je veux que tu sois là, que tu devines mes besoins et mes désirs avant que je ne te les exprime », « je veux que tu fasses ainsi... ». Il n'est habituellement pas loin du temps du reproche.

Le couple, même récent, peut être aux prises avec des élans émotionnels contradictoires et parfois enflammés qu'ils étaient bien loin d'avoir imaginés dans les heureux commencements de leur passion amoureuse. Ils sont surpris et parfois désarçonnés par ce vécu conjugal largement inconscient. Cela interroge les sentiments vécus, met en doute la capacité de sortir de son égocentrisme et de réellement s'intéresser à l'autre. Il y a disparition du temps dans la dynamique des reproches « tu me fais toujours cela », « ça ne change jamais, c'est continuellement à toi que tu penses », etc. Cela met en relief le caractère démesuré de cette décharge d'affects exprimée à la face du partenaire. C'est la négation du temps dans le « toujours » et « jamais ». L'oscillation entre le tout ou rien. On assiste au télescopage du temps, à la confusion du passé et du présent : se rejouent dans le couple actuel les états de détresse ressentis alors que l'enfant n'a pu trouver la protection nécessaire pour contenir et transformer les affects de terreur, de désarroi ou d'excitation excessive à ce moment de sa petite vie (Puget et Berenstein, 1991). Sous les dehors du temps présent, il s'agit de la répétition de vécus infantiles qui évoquent douloureusement une impression de déjà vécu dans les insatisfactions, les vides, les manques de la nouvelle relation adulte. Alors que le locuteur croit parler de l'immédiat, voire de l'urgent, il exprime au niveau inconscient une détresse des premiers temps de sa vie... le temps, objet à plusieurs voix qui nous donne accès à des dimensions insoupçonnées.

Prototype du temps infantile, la notion d'urgence vient semer la confusion entre ce qui est requis et ce qui ne l'est pas, entre le désir et la réalité. Tout devient urgent, la rapidité devient impératrice, comme pour Geneviève concernant le départ de son conjoint. Si des personnes ressentent ce sentiment d'urgence dans des situations précises, d'autres vivent constamment sur le mode de l'urgence, unique réaction aux réalités de l'existence :

« [...] l'addiction traumatique à l'urgence télescope et confond le réel et le virtuel, le fantasme et la réalité. (...) Ces mutations modifient considérablement les temps dits de latence, aussi bien ceux de l'enfance que ceux qui requièrent des transformations psychiques ultérieures. (...) L'urgence maintient paradoxalement la fixation du temps du moment de l'effraction traumatique, la suspension des processus de pensée. » (Kaës, 2012 : 199-200)

Dans les couples et les familles se profilent ainsi les répétitions, qui se présentent comme « encore une fois, c'est la même chose », identiques ou presque, comme si le temps ne faisait plus son travail de changement, de mise à distance et de transformation (De Butler, 2003). Les nombreuses tentatives de résoudre le trauma inconscient, par la compulsion de répétitions, laissent toute la place au temps inconscient, enchevêtrant dans un lourd maillage de souvenirs, d'affects, de réminiscences et de blancs de pensée, le passé et le présent... le futur en étant exclu, mais l'influençant néanmoins.

En fait, le fonctionnement inconscient conjugal et familial viendra inévitablement colorer l'évolution et le dénouement des phases, des deuils et des renoncements nécessaires. Il y aura crise quand la famille n'arrivera pas à faire les changements reliés au passage du temps, du fait même de son fonctionnement inconscient. Si l'identité familiale, sa cohésion ou son fonctionnement sont trop menacés, et si une renégociation des échanges entre ses membres n'est pas entamée, la famille ou le couple se trouve en déséquilibre et en souffrance. Comment le couple (liens d'alliance), les enfants (liens de filiation) et la fratrie (liens de consanguinité) trouveront à s'exprimer et évoluer? Ou, au contraire, la communication va-t-elle rester figée, s'ankyloser et devenir objet d'angoisse, avec ses malentendus, ses interprétations, ses interactions négatives répétitives, etc., jusqu'à remettre en question la continuité de l'appartenance à la famille ou la survie même de l'unité familiale? Dans ces moments de souffrance et de rigidité, comme le constate Alberto Eigue « la perception de l'écoulement du temps, la perception de la durée s'émeussent, ainsi qu'un des aspects les plus précieux du psychisme familial, à savoir la reconnaissance d'une histoire commune, riche et variée » (Eiguer, 1983 : 90).

La famille est faite de liens, traversée d'affects et d'émotions, de plaisirs et de déplaisirs, vouée à l'épanouissement et à la subjectivation de chacun de ses membres comme au renouvellement de son groupe. Elle est aussi soumise aux risques d'aliénation et de mort psychique, comme lorsque le temps passé ensemble, dans les crises, les maladresses et les souffrances répétées, prend la couleur de l'empiètement, de l'intrusion ou de l'exclusion... Une fois de plus, la manière même d'appréhender le temps, héritage plus ou moins transformé des générations précédentes, se traduira dans la temporisation, la négociation et la résolution des crises, développementales ou de rupture, comme l'illustre la vignette clinique.

### **3. Figurations et mutations du temps dans la thérapie analytique conjugale et familiale**

La thérapie familiale psychanalytique n'est pas sans structuration du temps. Il y est omniprésent. Tout d'abord, bien que la psychanalyse interroge profondément notre rapport contemporain au temps en y opposant le temps lent de la réflexion, de la mentalisation et de l'évocation, et ce, dans l'histoire du rapport à soi et à l'altérité, la ligne n'est certainement pas à tracer entre directivité et non-directivité. La contribution active du thérapeute permet d'abord d'évaluer les indications d'une thérapie conjugale et familiale et de rassembler, dans un même espace-temps, l'histoire du groupe, « les traces très souvent éparpillées de la souffrance familiale » (Aubertel, 2007 : 74, cité dans Lemaire, 2007). Le thérapeute s'intéressera au développement du couple conjugal, puis du couple parental et du groupe-famille. Il sera attentif aux cycles de la vie familiale, à ses phases de transition et de maturation. Ce sont des moments potentiellement de crise, c'est-à-dire une brutale rupture dans l'écoulement normal du temps. L'écoute attentive de la temporalité familiale nous permet d'en saisir les continuités, les discontinuités, les ratés et les souffrances, dans la singularité de chacun, comme dans le projet groupal.



Après ce premier temps du processus, par les rituels de l'entente du contrat thérapeutique puis de l'énonciation des règles fondamentales qu'est la libre association dans cet espace de parole, et corrélativement, la règle d'abstinence, le thérapeute inaugure le deuxième temps de la démarche thérapeutique. Alors que dans le premier temps, les questions exploratoires sont nécessaires, dans le deuxième temps de la thérapie proprement dite, les questions laisseront davantage la place aux associations, aux rêves, aux interrogations de tout un chacun, pour l'approfondissement de la connaissance et de la recherche du groupe sur son vécu. De temps à autre, il y a place à des interventions du thérapeute, utilisées avec parcimonie, principalement de nature interprétative et portant sur l'inconscient groupal-couple ou famille : l'angoisse commune de la séance et les autres affects, les représentations, les défenses et le mouvement transférentiel qui s'opère dans l'ici-maintenant (Eiguer, 1991).

Ce travail tout en nuances, avec ce qu'il est convenu d'appeler une neutralité bienveillante, fait de paroles autant que de silences et d'expressions non verbales, doit être capable de soutenir le narcissisme de chacun et du groupe, d'en contenir les angoisses tout en développant la tolérance à l'inconnu et la curiosité face à l'inédit dans leur histoire propre et dans leurs liens, pour arriver à transformer ce qui fait souffrir. Ceci met en évidence la façon dont le temps, en thérapie, c'est également le *timing* de l'interprétation au groupe en présence. Quand intervenir? Pourquoi? Pour soi, dans un mouvement défensif contre-transférentiel ou réellement pour et sur le lien intersubjectif du couple et de la famille? Trouver le bon *timing*, rappelle Robert (2007), dans *L'inconscient dans la famille*, cela requiert un accordage entre la famille et les thérapeutes, ni devancer l'autre, ni empêtrer sa curiosité sur son propre fonctionnement. Le bon temps pour interpréter doit viser à favoriser le foisonnement et la circulation de la pensée, dans la fonction co-interprétante de la famille, et non à trouver le sens univoque et certain pour tous. Car une telle approche équivaldrait de nouveau à enfermer la pensée, voire à augmenter les résistances au processus d'associations libres et de recherche du sens et de nouvelles manières de se positionner face aux autres. L'effet de surprise, l'effet Euréka, vient parfois témoigner de l'à-propos de l'interprétation, qui requiert toujours tact et modestie. Vouloir aller trop vite dans l'interprétation comporte des risques majeurs pour le couple ou la famille, dont l'organisation est antérieure à la rencontre :

« Forcer l'accès aux non-dits, chercher à modifier les contenus et niveaux de communication, dans un mouvement d'emprise ou de dirigisme, ne renvoie qu'à notre difficulté à supporter la mise en contact avec cette famille-là, et leur fait vivre un nouvel abandon, un nouveau lâchage, voire un réel rejet. » (Aubertel, 2007 : 179, cité dans Lemaire, 2007)

« Chaque chose en son temps », devrait-on se rappeler constamment, le temps inconscient étant intriqué dans le présent, dans le passé et plus difficilement dans le futur. Le processus thérapeutique, bien qu'organisé dans la logique du cadre et de ses règles, n'obéit pas non plus à la logique linéaire du temps réel. Les personnes d'ailleurs en évoquent les répétitions, les silences vécus comme des temps morts, temps de réflexion ou temps chargé d'angoisse, les manques de temps reliés à l'interruption planifiée des séances, etc.

Le travail de contenance instauré par le cadre thérapeutique demande le respect du rythme du processus, avec un temps de plaintes et de revendications, un temps de paroles face au sens de ces intrications et de ces conflits, un temps de métabolisation des émotions, parfois intenses, face à la différenciation introduite par la parole en émergence d'un des membres du couple ou de la famille, en décalage, voire en rupture, plus ou moins brutale, du fonctionnement fusionnel groupal contre l'angoisse. Il faut aussi un temps pour laisser se déployer tranquillement un temps de l'inconnu, ce qui peut advenir maintenant... La thérapie peut devenir un espace-temps du

transitionnel et du symbolique. La fragilité narcissique des couples et des familles de même que l'intensité des affects et des conflits en présence exigent solidité et constance du cadre. Encore ici, il est question du temps, par la prévisibilité, la régularité et la rythmicité des rencontres.

Dans la thérapie analytique, au début, le cadre, le processus et le thérapeute sont indifférenciés. Le thérapeute coconstruit le cadre avec le groupe, le couple ou la famille. Il voit à l'organisation du temps, assure la régularité des rencontres et fait respecter la durée des séances. Ainsi, il vient mettre un premier point d'orgue, inscrit clairement et fortement une démarcation à l'indifférenciation qui avait marqué le début du processus thérapeutique. La limite du temps dans le cadre est une forme de castration dans les familles, particulièrement ressenties dans celles où prédominent la toute-puissance et l'omnipotence de l'un ou l'autre membre qui s'impose narcissiquement aux autres, dans des collusions inconscientes (Kaës, 2009). D'ailleurs, les diverses attaques au cadre par le truchement le temps, comme les retards, les demandes de changements d'horaire, les dépassements du temps prévu et les oublis de rendez-vous, sont autant de manières de désavouer la fonction du thérapeute et de nier la différence sexuelle et générationnelle et d'ainsi rester dans le temps anachronique, l'intemporel, le temps de l'inconscient. La thérapie groupale analytique s'installe au croisement du temps de l'ici et maintenant où sont réactualisés, dans le transfert, les groupes internes de chacun, les fantasmes du groupe lui-même et l'histoire des familles, contemporaine et transgénérationnelle, références au temps du passé.

Pour les familles ou les couples en thérapie, le temps de la démarche est souvent fort important, dont la question aussi lancinante et pénible pour eux que pour le thérapeute, surtout débutant « Dans combien de temps irons-nous mieux?... », comme si le thérapeute avait une quelconque capacité divinatoire, ou comme si en soi le temps lui-même allait définir les changements. Ces couples sont parfois incapables d'être à l'écoute des transformations, des petits progrès, des nouvelles pistes soulevées. Eigner (1991) reliait cette difficulté à voir l'écoulement du temps, déni du temps-évolution et changement, au fonctionnement relationnel narcissique dans ces familles et à la tendance groupale à l'isomorphisme, au déni des différences présent dans les familles soumises à des perturbations très graves comme la toxicomanie ou l'anorexie, ou chez les personnalités narcissiques.

Le temps est un enjeu très important dans la dynamique de la séance proprement dite : qui parle en premier, combien de temps parle chacun, qui parle après qui – autant de manifestations de l'organisation inconsciente de l'unité groupale. Loin d'être anodins, ces paramètres font souvent l'objet de luttes intenses chez les protagonistes du conflit. Les techniques de rééquilibrage et l'interprétation groupale aident à resituer chacun sur les effets de leur lien, et sur leur lien, de leurs pensées, des fantasmes sous-jacents, des affects qui émergent, etc. Le temps venu de la fin de la démarche illustre également la manière, tant du couple que du thérapeute, de quitter ses liens (Usher, 2017).

Avant de conclure, je vous reparle de Bruno et Geneviève, et des mutations de leur rapport au temps, à cette étape-ci de leur histoire de couple :

*Pendant la période d'éloignement de leur couple en souffrance, Bruno et Geneviève étaient souvent silencieux, en mal de pensées, pris dans la concrétude du quotidien et la surcharge des enfants, toujours à la course au temps, véritable obsession de leur vie débordée. L'espace et le temps offerts par la thérapie pour parler de leur séparation viennent changer complètement la dynamique de paroles : ils se parlent, se relancent, se coupent la parole et notamment, discutent de leur temps pour les enfants et du temps pour soi. Ils parlent aussi de leur nouvelle capacité à se parler et à se comprendre...*

## CONCLUSION

La brève illustration de la dernière phase de la thérapie de Bruno et Geneviève démontre que chacun d'eux était devenu de plus en plus présent à soi et à ses besoins et désirs; ils reprenaient une place individuée et singulière dans l'alliance conjugale. Il ne leur aura pas été possible de se penser séparément psychiquement sans passer par la séparation physique et l'éclatement de la vie familiale. L'urgence d'être heureux, bien légitime par ailleurs, l'aura emporté sur le temps de la transformation.

Le cadre théorico-clinique de la thérapie familiale et conjugale psychanalytique donne la possibilité de penser la souffrance des couples et des familles, au-delà des symptômes évidents, pour nommer ce qui leur est inconscient, fait de restes impensés et indicibles, d'éléments ressentis pourtant essentiels à la survie même de leur unité. Le lien thérapeutique et l'alliance créés visent à les accompagner pour découvrir non seulement leurs liens et leur vécu, dans une historicité, mais les aider à se donner le temps d'être curieux de soi, de ses proches et de ses ancêtres, voir ces derniers autrement ou les retrouver, faire les deuils et les passages nécessaires, refaçonner et transformer ce qu'il est maintenant possible de porter à sa conscience. Ce lien offre une opportunité de réélaboration et d'intégration dans le Moi de son histoire. C'est un pari sur le temps de l'avenir, l'inédit qu'il reste encore à inventer, ce qui est à créer par chacun, avec ses zones d'ombres et ses taches aveugles, avec ses besoins et ses désirs, face à soi-même et dans son lien avec les autres, dans leur lien intersubjectif.

### **ABSTRACT:**

*This article talks about the multiple definitions of time within several aspects: social, cultural, within the unconscious of the individuals, the couples and the families. These plurivoque conceptions and these multiple aspects in the clinical space give access to the life content of the subject and to his rapport to others. From the clinical history of a couple in psychotherapy of analytical orientation, the author presents the various aspects of the temporality that she is placing in parallel with the progress of the individual, then of the couple and the family. She is describing its space within the clinical context and the distinctive features of its multiple definitions as part of the conduct of conjugal and family psychoanalysis. The large therapist's skills of the different aspects of time in addition to her own rapport to this entity line the issues and challenges of the progress of the transformation process of the suffering from the conjugal and family group to avoid its illusions.*

### **KEYWORDS:**

*Temporality, group, unconscious, scene, illusions, couple, family*

---

## RÉFÉRENCES

- Angel, P. et P. Mazet (sous la dir.) (2004). *Guérir les souffrances familiales*, Paris : Presses universitaires de France.
- Anzieu, D. (1986). « La scène de ménage », *Nouvelle Revue de Psychanalyse*, n° 33, Paris : Gallimard, 201-209.
- Aubertel, F. (2007). Chapitre 5, « Censure, idéologie, transmission et liens Familiaux » : 135-188 dans J.-G. Lemaire (sous la dir.), *L'inconscient dans la famille*, Paris : Dunod.
- Bettelheim, B. (1976). *Psychanalyse des contes de fées*, Paris : Éditions Robert Laffont.
- Cyrulnik, B. (1995). *La naissance du sens*, Paris : Hachette Littérature.

- Dauphin, J. (2017). *Les modèles psychodynamiques en contexte d'intervention de courte durée : défis et stratégies*. Formation donnée à « Les rendez-vous de la formation », Ordre des psychologues du Québec, Montréal, 10 mars 2017.
- De Butler, A. (2003). « De la répétition au changement : la visée thérapeutique », *Dialogue*, vol. 2, n° 160, 89-100.
- Eiguer, A. (1983). *Un divan pour la famille*, Paris : Le Centurion.
- Eiguer, A. (1991). « Le lien d'alliance, la psychanalyse et la thérapie de Couple » : 1-84, dans A. Eiguer et A. Ruffiot (sous la dir.), *La thérapie psychanalytique du couple*, Paris : Dunod, 1-84.
- Eiguer, A. (2006). « L'inconscient de la maison et la famille », *Cahiers critiques de thérapie familiale et de pratiques de réseaux*, n° 37, 23-33.
- Golgbeter-Merinfeld, E. (2007). « Temps individuel et temps familiaux aux différents âges de la vie », *Thérapie familiale*, vol. 28, n° 4, 329-347.
- Kaës, R. (2009). *Les alliances inconscientes*, Paris : Dunod.
- Kaës, R. (2012). *Le Malêtre*, Paris : Dunod.
- Kaës, R. (2015). *L'extension de la psychanalyse : pour une métapsychologie de troisième type (Psychismes)*, Dunod : Édition du Kindle.
- Loewenberg, P. (2015). « Time in History and in Psychoanalysis », *Journal of the American Psychoanalytic Association*, vol. 63, 769-784.
- Mellier, D. (2003). « L'intégration psyché-soma et le temps de l'intrigue, ce que nous apprennent les bébés », *Champ psy*, vol. 2, n° 30, 27-43.
- Puget P. et J. Berenstein (1991). « Considérations sur la psychothérapie du Couple : de l'engagement amoureux au reproche » : 147-161, dans A. Eiguer (sous la dir.), *La thérapie psychanalytique du couple*, Paris : Dunod.
- Robert, P. (2007). « La thérapie familiale psychanalytique : questions techniques » : 57-107, dans J.-G. Lemaire (sous la dir.), *L'inconscient dans la famille*, Paris : Dunod.
- Usher, S. Fels (2017). *Separation-individuation struggles in adult life-Leaving Home*, Londres et New-York : Routledge.
- Winnicott, D. (1989). *La crainte de l'effondrement et autres situations cliniques*, Paris : Gallimard.