

Psychogénéalogie.

Construction d'un génosociogramme.

L'objet de cette séance est de présenter le mode opératoire de construction d'un génosociogramme. C'est la figure schématique événementielle d'une famille sur plusieurs générations, qui permet de mettre en évidence les boucles de vie, les phénomènes de répétitions factuelles ou anniversaires, la trace d'un secret de famille, la signification des prénoms, etc. Nous proposons également une liste de questions guides pour une réflexion qui pourra être menée individuellement par la suite.

La psychogénéalogie est une approche relativement récente de la psychologie et de la psychothérapie qui a été nommée ainsi dans les années 1970.

Le référent traditionnel est **Anne Ancelin Schutzenberger**, plus particulièrement pour ses travaux sur le **syndrome anniversaire**.

C'est une **méthode** qui se réfère au **champ du transgénérationnel**, en prenant en compte les informations généalogiques disponibles, le passé et le passif familial, les histoires de famille, en plaçant l'individu en demande de clarification sur ses problématiques.

La psychogénéalogie, en tant que méthode d'investigation, n'a rien à voir avec les constellations familiales dont l'objet annoncé est thérapeutique.

La compréhension par l'analysant de son histoire familiale lui permet d'avoir les outils nécessaires pour infléchir le cours de sa vie en évitant de tomber dans des boucles de répétition dont il n'a pas conscience ou dont il a l'impression d'être prisonnier : vieilles histoires de famille, dates anniversaires, secrets, traumatismes familiaux, situations irrésolues, cachées.

Les secrets de famille, en particulier, peuvent devenir les maîtres silencieux de nos destins et parfois s'exprimer par diverses somatisations. Les révéler est un premier pas pour mettre un terme à des scénarios répétitifs malheureux.

Les coïncidences.

Les non-dits prennent sens dans l'histoire, même s'ils restent secrets. Par le fait qu'ils restent secrets, ils forgent, façonnent et sculptent l'histoire ou plutôt le mythe familial. La crainte de remuer la mémoire se justifie dans les précautions à prendre pour approcher avec discernement et prudence certaines situations vécues par les générations antérieures.

La psychogénéalogie permet de situer l'origine des difficultés, blocages, mal-être... à partir d'accès tels que les prénoms, les dates, les métiers et autres événements importants concernant l'histoire de la famille.

Notre groupe familial, au-delà des générations, est un être vivant. Il a son imaginaire et son inconscient. Les syndromes d'anniversaires universellement connus sont facilement observables sur notre génosociogramme.

Le mode opératoire est simple, mais demande du soin et de la réflexion. On peut recommander à ceux qui souhaitent l'entreprendre, de questionner discrètement toutes les personnes susceptibles de détenir des informations : parents, cousins,

amis, etc., afin d'obtenir le plus possible de renseignements. Ces investigations peuvent être recoupées, mais aussi ouvrir des voies encore inexplorées.

Il reste à noter sur votre arbre tout ce que vous savez de vous et votre conjoint, de vos enfants, de vos sœurs et frères, de vos parents, éventuellement de vos grands-parents pour mettre en lumière les coïncidences.