



Une mère avait trois fils. L'aîné, souffrant de troubles psychiques, focalisait toutes les difficultés de la famille et créait des tensions au sein du couple parental. « Ayant eu connaissance de la médiation par des amis, nous avons parié que notre famille était un "système" qui pouvait évoluer, même tardivement. En quelques séances, chacun a pu parler de ses souffrances et écouter celles des autres. Nous avons aussi découvert à quel point nous vivions cette situation de façon très différente. »

Malgré son inscription dans le code civil, le 4 mars 2002, dans le cadre de la loi sur l'autorité parentale, et la création d'un diplôme d'État, la médiation est encore trop peu utilisée. Lorsqu'on ne « s'entend plus » dans un couple, dans une fratrie ou dans une famille recomposée, elle peut pourtant être d'un grand secours. À la différence d'une longue thérapie, la médiation est un processus court. Elle débute toujours par des entretiens individuels et se prolonge par une à cinq séances collectives. « Les conflits surgissent d'abord parce que la communication est rompue. Notre objectif est de la restaurer et d'aider les personnes d'une même famille à trouver conjointement des solutions », explique Sabrina de Dinechin, auteure d'un livre très didactique sur ce sujet (*lire p. 40*).

Dans une position de neutralité bienveillante, le médiateur ou la médiatrice fait remonter les besoins et les intérêts de chacun. Il utilise la communication non violente, reformule les paroles des uns et des autres, invite à l'expression des émotions. « En reconnaissant l'émotion de l'autre, la personne sort d'une position où elle était centrée sur son point de vue défensif et soupçonneux, à une acceptation de la réalité de l'autre, souligne la médiatrice Céline Burgi. C'est grâce à la reconnaissance de cette altérité que l'on peut passer de la confrontation à la coopération. » Nos trois récits de médiation familiale en témoignent. ●



“Mes sœurs ne m'en

Lorsqu'un parent devient dépendant, cela provoque parfois des crispations dans les fratries. Par la médiation, Claire et ses sœurs ont pu se parler et se comprendre.

“ JE SUIS ÉPUISÉE, je ne comprends pas comment j'en suis arrivée là. » C'est une femme en effet très fatiguée que Marie-Odile Redouin, médiatrice familiale, reçoit ce jour-là pour un premier entretien individuel. Claire passe tous les soirs chez Madeleine, sa maman de 86 ans, qui habite à dix minutes à pied de chez elle. Madeleine vit seule dans un appartement parisien, mais elle est de plus en plus handicapée dans sa vie quotidienne par des troubles de la vue et de l'audition. Elle ne supporte pas la présence des aides à domicile qu'elle ne peut pas voir. Elle a peur d'être volée. Claire est professeure en collège, elle a du temps à consacrer à sa mère. Elle a cependant



tendaient pas”

de moins en moins d'énergie pour le faire. « Mon mari a peur que je tombe malade, il m'a poussée à aller en parler à une assistante sociale. C'est elle qui m'a conseillé de m'adresser à vous. » Marie-Odile l'interroge : « Vous avez des frères et sœurs ? » « Deux sœurs, mais elles ont moins de temps que moi. Quand maman a besoin de quelque chose, c'est à moi qu'elle le demande. C'est lourd, parfois. » « Vous avez demandé de l'aide à vos sœurs ? » « Non, c'est impossible. » La médiatrice explore la résistance de Claire envers ses sœurs. L'une est commerçante et ne peut pas se libérer tôt, l'autre a encore la charge de jeunes ados. « J'ai l'impression qu'elles considèrent que c'est mon rôle de m'occuper de notre mère. » En écoutant Claire raconter son histoire familiale, sa relation avec sa mère et ses sœurs, Marie-Odile Redouin constate qu'il n'y a pas d'importants problèmes relationnels entre les sœurs, ou de la maman envers ses filles. Dans le cas de relations compliquées enkystées depuis l'enfance, une thérapie est plus appropriée. Mais ce n'est pas le cas de Claire, qui pourrait tirer bénéfice

d'une médiation. « La médiation a pour vocation d'améliorer les liens. C'est un court accompagnement de crise, ponctuel, axé sur le présent et l'avenir, explique-t-elle à Claire. Vous sentez-vous d'en parler à vos sœurs ? De leur dire que je suis prête à les rencontrer ? » Marie-Odile sent une hésitation, lui propose d'écrire une lettre où sera mentionnée la visite à l'assistante sociale et le besoin d'une médiation. « Pas besoin, s'empresse de répondre Claire, je vais en parler à ma sœur Myriam. » Celle-ci accepte de rencontrer la médiatrice. Myriam lui raconte qu'elle voit sa mère régulièrement, qu'elle a conscience de sa dépendance de plus en plus grande et que Claire s'en occupe très bien. Myriam n'a en revanche aucune conscience de l'épuisement de sa sœur. « Claire doit avoir quelque chose sur le cœur à cracher ! » s'exclame-t-elle. La médiatrice explique : « Je porte une grande attention à la façon de dire les choses. Je suis là pour reformuler vos propos de manière à ce que Claire puisse les entendre. Elle a de la difficulté à vous dire ce qu'elle ressent. »

Lever les non-dits et les peurs

Les trois sœurs ont accepté de se rencontrer avec la médiatrice. Elles ont beaucoup parlé de la souffrance de leur mère ; elles ont mesuré qu'elles ne la vivaient pas de la même façon. Elles ont entendu la souffrance de Claire, plus impliquée affectivement, du fait de sa présence quotidienne. Claire s'est sentie reconnue et chacune a pu parler de ses inquiétudes, de ses doutes, de ses espoirs. Les trois sœurs ont trouvé leurs points communs et leurs différences face à la situation de Madeleine, puis ont pris, ensemble, la décision de laisser leur maman chez elle. Elles ont organisé une présence auprès d'elle, en y incluant celle de leurs propres enfants. « Cette histoire-là est très emblématique de ce qui peut se passer dans les familles lorsque des habitudes se prennent insidieusement, engendrant des non-dits et des peurs, explique Marie-Odile Redouin. Nous ne sommes pas là pour régler les problèmes du passé mais, en facilitant le dialogue et l'expression des émotions de chacun, nous aidons les personnes à faire un pas de côté, à adopter une attitude d'écoute et de coopération. C'est ainsi que nous contribuons à retisser les liens. » ● ➔



➤ “J’ai besoin de voir ma petite-fille !”

L'École des grands-parents européens propose aux aînés un service spécifique de médiation intergénérationnelle. Catherine en a profité.

CATHERINE a « donné beaucoup » pour aider sa fille à grandir. Beaucoup d’amour, beaucoup de présence et aussi de l’argent pour qu’elle puisse acheter son appartement. Tout ceci pour ne plus avoir le droit de voir sa petite-fille depuis... deux ans ! À la retraite, cette ex-enseignante de 61 ans souffre beaucoup de cette situation. Elle n’a pas d’engagements, elle est disponible, elle pourrait s’occuper de sa petite-fille de 5 ans le mercredi... Lorsqu’elle pousse la porte du service de médiation de l’École des grands-parents européens, à Paris, Catherine se dit prête à saisir la justice. Pendant une heure et demie, lors de son premier entretien avec Monique Desmedt, médiatrice bénévole, Catherine raconte son histoire familiale : après sa séparation avec le père de ses deux enfants, elle les a élevés seule. Lorsque sa fille Amélie était adolescente, Catherine s’est installée avec un nouveau compagnon auquel sa fille s’est beaucoup attachée. Un nouveau beau-père dont elle a dû faire le deuil lorsque sa mère s’est séparée pour la seconde fois. Devenue adulte, Amélie a quitté le domicile de sa mère et donné naissance à une petite fille. Le jeune couple ayant rompu, Catherine s’est beaucoup consacrée

à sa petite-fille. Mais Amélie a brutalement cessé de voir sa mère après s’être installée avec un nouveau compagnon. Catherine souffre, trouve que sa fille est une égoïste. Se sent punie de quelque chose qu’elle ne comprend pas. Enfermée dans sa douleur, elle ne peut pas voir la souffrance de sa fille. La médiatrice lui propose de revenir « exprimer son vécu, ses besoins, ses émotions ». Nommer une émotion l’atténue et laisse une place à la réflexion. Ce second entretien permet à Catherine de progresser, de faire un pas de côté pour prendre en compte la souffrance d’Amélie. Prête à prendre rendez-vous avec sa fille, Catherine presse la médiatrice de l’appeler. « Le téléphone sera une intrusion dans sa vie, souligne la médiatrice. Nous pouvons lui adresser un courrier pour l’informer de votre démarche, lui écrire que, par une médiation, vous souhaitez renouer un lien de confiance avec elle. » Amélie n’a jamais contacté la médiatrice mais elle a rappelé sa mère et les contacts entre elles deux ont repris progressivement. « Souvent, les grands-parents focalisent leur attention sur leurs petits-enfants en oubliant de valoriser les parents, note la médiatrice. Nous les aidons à accepter leurs enfants devenus parents tels qu’ils sont. À renouer les fils rompus de leur communication. Nous leur rappelons que le but final de la médiation est de pacifier leurs rapports avec leurs enfants pour permettre la construction du petit-enfant. Et non pas l’inverse. » ●

pour aller plus loin

● **Pour trouver un(e) médiateur (trice)**, adressez-vous à la Fédération nationale de la médiation et des espaces familiaux (Fenamef, www.fenamef.asso.fr), à l’Association pour la médiation familiale (APMF, www.apmf.asso.fr) ou à Médiation Part’âge (www.mediationpartage.spipfactory.com) pour un problème lié aux personnes âgées et leur entourage. Coût variable selon vos revenus si vous faites une demande par la Caisse d’allocations familiales (CAF).

● **L’École des grands-parents européens** propose aussi un service de médiation pour

les grands-parents : 01 45 44 34 93 et www.egpe.org

À LIRE :

La médiation familiale de Sabrina de Dinechin, Éd. Eyrolles, 186 p. ; 10 €. **Les mots sont des fenêtres (ou bien ce sont des murs)** de Marshall Rosenberg, Éd. La Découverte, 320 p. ; 19,50 €. Sur la communication non violente.

À REGARDER :

Comprendre la médiation familiale sur <https://www.youtube.com/watch?v=LUxivDuLJZ4>

“La médiatrice nous a fait dessiner nos arbres généalogiques”

La justice promeut la médiation comme mode alternatif de règlement des litiges, notamment dans les affaires de divorce. Sur le point de se séparer, Élodie, 45 ans, trois enfants, y a eu recours.*

“**J**'AI EU DEUX FOIS recours à une médiatrice. La première, c'était avant mon divorce. J'avais l'intention de me séparer de mon mari et j'avais besoin de prévoir la question de la garde des enfants et du partage de la maison. Après plusieurs rendez-vous avec la médiatrice, j'ai compris que Philippe cherchait une solution pour que nous restions ensemble. Je me souviens de l'arbre généalogique que la médiatrice nous a proposé de dessiner pour nous aider à réfléchir sur notre histoire familiale, trouver ce qui nous rapprochait ou nous séparait. C'était incroyable de mesurer combien nos familles avaient des valeurs différentes ! Dans la sienne, catholique traditionnelle,

personne n'avait jamais divorcé. Dans la mienne, chaque génération comptait des séparations. J'ai pu ainsi prendre du recul et, grâce à cette mise à distance, la tension dans laquelle je vivais depuis des mois s'est relâchée. J'ai alors compris que si je voulais que la situation évolue, c'était à moi d'initier ce mouvement. Finalement, nous nous sommes accordés sur une résidence alternée des enfants. Nous avons pris acte, dans un document rédigé avec la médiatrice, que mon départ était accepté par nous deux. Cette acceptation était un grand pas pour lui et je me suis sentie soulagée vis-à-vis des enfants. Nous avons aussi pris conscience qu'il était important d'annoncer ensemble notre séparation aux enfants, puis que mon ex-mari m'aide à déménager pour qu'ils n'aient pas le sentiment que je prenais la fuite ou que j'étais chassée.

Se faire entendre devant témoins

Après notre divorce, la situation s'est dégradée. À l'issue de plusieurs procédures judiciaires, j'ai perdu la résidence alternée. Je ne voyais plus mes enfants qu'un week-end sur deux, un mercredi sur deux et la moitié des vacances scolaires. Les juges nous ont alors incités à recourir à nouveau à la médiation pour trouver des modalités qui nous conviendraient mieux. J'ai d'abord refusé parce que mon ex-mari n'avait pas honoré notre premier accord. Mais mes rapports avec mon fils aîné se sont tendus et je souhaitais mieux vivre avec lui le peu de temps que nous passions ensemble. C'est dans cet espoir que j'ai retenté l'expérience. J'avais besoin que mon ex-mari reconnaisse ma place de mère, mon importance vis-à-vis de nos enfants. Cette deuxième médiation n'a pas abouti vers ce que je souhaitais mais elle m'a permis de poser des questions devant témoins, de faire part de mon ressenti et d'apprendre à écouter l'autre. Autre retombée positive indirecte : savoir que je parlais avec mon ex-mari a rassuré nos trois enfants. » ●

* Les prénoms ont été modifiés par souci de confidentialité.

