

## PREFACE

Aussi loin que l'on remonte dans l'histoire, ou au cœur des civilisations, il existe une réelle fascination de l'être humain concernant la gémellité. Dans « Le banquet », Platon évoque qu'à l'origine l'être humain était une entité composée de deux têtes, quatre bras, et quatre jambes. Mais cette dernière était tellement puissante que les Dieux décidèrent de la scinder en deux. Ainsi, le but de tout individu sera de tenter de retrouver son autre moitié, son complément. Or, chez les jumeaux cette autre moitié existe dès la naissance.

La gémellité a de tout temps été considérée comme un phénomène hors norme, et ceci encore à notre époque alors que le nombre de grossesses gémellaires a augmenté de façon significative depuis l'apparition des procréations médicalement assistées. Les médias, à travers la littérature, la bande dessinée ou le cinéma, se sont souvent emparés de ce thème qui fascine, interroge, autant qu'il effraie. La diffusion régulière d'émissions concernant les jumeaux sur les différentes chaînes de télévision l'atteste avec des taux d'audience importants.

Par-delà l'intérêt collectif, une multitude de travaux scientifiques, dont « l'outil » de réflexion s'appuyait sur l'étude de la gémellité, a été réalisé depuis 1859, date de la première recherche sur ce sujet, par Galton. Si, par le passé, les jumeaux n'étaient considérés que comme des vecteurs pour vérifier l'impact de la « nature » et de la « culture » chez l'homme, leur étude a permis de se recentrer sur eux-mêmes, en tant qu'individu, à partir des années 1930. Et cela, jusqu'à les considérer comme deux êtres distincts, développant une relation qui leur est propre, comme l'avait défini René Zazzo.

Lorsque j'ai commencé à m'intéresser à la gémellité, seuls les aspects psychoaffectifs et psychométriques avaient été employés afin de comparer ces enfants à une norme : celle de l'enfant unique, pour le bien être de sa personne et de son autonomisation. J'ai été surpris de constater que sur l'ensemble des travaux effectués à l'époque, aucun n'avait cherché à analyser, à comprendre et à modéliser les caractéristiques d'un développement spécifique pour ces enfants. Le travail que j'ai alors effectué visait à recentrer la problématique gémellaire au niveau des liens d'unification et de fusion qui les unissent.

Premier postulat : les jumeaux présentent une construction de leur identité qui ne peut en aucun cas être considéré sous l'angle d'une simple multiplication de difficultés au regard de l'enfant unique. Dans mon approche, il ne suffisait pas uniquement de reprendre les bases d'une psychologie de l'enfant et de les appliquer à la population gémellaire mais de considérer la complexité de l'entité formée par les jumeaux qui n'est pas uniquement un couple paroxystique tel que René Zazzo l'avait établi.

Second postulat : les étapes observées jusqu'à présent comme impliquant des difficultés dans la genèse de l'individualité, sont en fait des phases qui procèdent d'un développement naturel. Elles se doivent d'être respectées afin de permettre une autonomisation réelle au fil des années.

L'idée essentielle est que l'interaction établie par un sujet avec le milieu dans lequel il évolue implique son évolution. Cet aspect interactionniste est au centre de mes préoccupations souhaitant définir les modalités qui participent au développement des enfants sur plusieurs années, les amenant à pouvoir exister non plus en tant qu'individu porteur d'une pathologie, celle de la gémellité, mais comme un individu ayant un lien fraternel issu d'une même

fécondation. Et par là même, comment les accompagner au fil de leur vie pour les aider à devenir plus autonomes.

Il est incohérent de considérer les jumeaux comme des individus hors normes, nécessitant la mise en place de procédures de « dégémellisation » à outrance afin de lutter contre un lien fusionnel risquant de devenir problématique. Ainsi, la fusion gémellaire ne devient qu'une étape d'une évolution naturelle.

Il m'apparaît important d'apporter une précision sur ce point : le terme de « dégémellisation » fut introduit par René Zazzo afin de lutter contre ce rapport de dominant/dominé, qui s'installait de façon pathologique chez certains enfants. La société, prise dans son angoisse existentielle de différenciation s'est emparée de ce terme que l'on rencontre fréquemment dans le langage des médias, des pédagogues et autres professionnels de l'enfance. Or, ce terme sorti de son contexte spécifique est totalement inapproprié pour caractériser la nécessité d'autonomiser les jumeaux l'un par rapport à l'autre. Ainsi, je considère que ce terme viserait pratiquement à nier ce lien fraternel si particulier chez ces enfants ayant passé pratiquement neuf mois côté à côté in-utéro, qui persistera toute leur vie et fera de cet autre le compagnon de jeux idéal, le confident préféré. Cette caractéristique fait partie intégrante de leur identité. Vouloir la supprimer consisterait à les amputer d'une partie de leur personnalité.

La « dégémellisation » est finalement un phénomène social reposant sur la peur d'être confronté aux multiples. Nous passons beaucoup de temps à construire notre personnalité. Qu'en est-il pour deux enfants en simultané, qui en plus vont se ressembler ? Mais d'où vient cette angoisse ? De la fascination des jumeaux, et de l'impact des médias qui ne véhiculent pas une image réaliste de cette relation.

Les pédagogues vont être confrontés à cette même peur de la confusion : tous les enseignants ont une phobie de les confondre ou que l'un se fasse passer pour l'autre. Séparer les enfants, c'est évident ! Pourquoi ? 3 raisons sont fréquemment données.

- « Pour les rendre comme les autres » comme si la gémellité était pathologique.
- « Le fait que la séparation physique favorise l'indépendance » et entendre : « j'ai déjà eu des jumeaux dans ma classe c'est comme ça que l'on fait » ou comment le cas particulier d'un enseignant peut se généraliser.
- Les conseils du « petit manuel du Zazzo appliqué » : les habiller différemment, avoir des chambres différentes, leur offrir des jouets distincts, attention aux appellations « les jumeaux » etc. L'ambivalence avec ces principes est qu'ils sont cohérents et qu'ils ne peuvent être mis en doute. En les appliquant, il sera donc possible de favoriser le bon développement des enfants. Or un élément central est omis à savoir l'interaction des parents avec leurs enfants et leur perception de la relation gémellaire. Il est tout à fait possible d'habiller les enfants de la même façon ou de leur offrir des jouets identiques, si cela est ponctuel. Avoir une chambre par enfant ? Ce n'est pas toujours financièrement possible pour les familles.

Faut-il y voir une incompétence du corps enseignant ? Non, loin de là. Pour travailler depuis de nombreuses années avec eux, je parlerai plutôt de méconnaissance. Les pédagogues, comme bon nombre de personnes, sont fascinés par ces jumeaux fusionnels qui vivent encore ensemble à plus de 50 ans, par ceux qui ne peuvent vivre à moins de 500 mètres l'un de l'autre, par ceux qui auraient peut-être des perceptions extrasensorielles de pré-connaissance de ce que va vivre l'autre (sujet de prédilection des journalistes !).

Ils oublient néanmoins de spécifier que ces cas, dont ils sont si friands, sont rares et relèvent d'une réelle pathologie de la relation gémellaire.

Pour les enseignants, le sujet de la séparation des jumeaux dans le contexte scolaire est sensible. Bien souvent celle-ci est proposée sans malveillance mais par simple ignorance de leur mode de fonctionnement spécifique.

Cette inquiétude quant à la construction de l'individualité se pose déjà pendant la grossesse. Lorsqu'on annonce à une mère une grossesse gémellaire, elle va passer du plaisir à l'angoisse et à ses premières sensations de joie, succèdent les interrogations. La première angoisse sera celle du deuil de la relation individuelle. Chez le père, ce sera celle de trouver sa place, sachant qu'il est pris dans des problématiques de logistique et d'organisation comme penser à l'éventualité d'une chambre supplémentaire, ou peut-être changer d'appartement, de voiture... Les mères sont envahies par des émotions variées et contrastées comme l'angoisse, la fierté, l'incertitude laissant place à des moments de remise en question. Ce double mouvement va générer une « sur-attente » des jumeaux. Ils vont alors en parler à leur entourage qui va, à son tour, leur donner de nombreux témoignages glanés au détour de journaux forcément spécialisés sur la nécessaire « dégémillisation » et les problèmes à venir.

Dès la naissance des enfants, des modifications de vie très concrètes s'imposent. Lorsque ces parents se déplacent dans la famille ou chez des amis, c'est pour eux toute une expédition, et leur arrivée est appréhendée. Apparaît alors très rapidement la nécessité d'être aidé pour ne pas s'isoler.

En 1994, j'ai modélisé ce qui a été considéré comme le premier modèle développemental gémellaire, permettant de prendre en compte cette caractéristique gémellaire et de la faire évoluer vers une autonomisation mutuelle des enfants. Ainsi, j'ai pu définir que leur développement s'effectuait en 4 étapes spécifiques :

- La fusion gémellaire entre la naissance et 2 ans
- La phase de complémentarité, entre 2 et 6-7 ans
- La première période d'autonomisation à partir de 7 ans jusqu'à 11- 12 ans
- La seconde à l'adolescence

#### 1) La fusion gémellaire :

Le développement des jumeaux est spécifique car il intègre un palier supplémentaire par rapport à un enfant unique. Ainsi, cette fusion gémellaire, qui fut tant décriée et dont on se méfie tant, est une phase tout à fait naturelle. La progression amorcée est bien plus celle de l'entité gémellaire que celle de chacun des enfants dans leur singularité. Se présente alors un décalage au niveau de la structuration de la réalité, comparativement à un sujet unique.

Les parents de jumeaux savent combien il est difficile de s'occuper de deux enfants en bas âge, en leur accordant la même attention, et répondre de façon différente. Ainsi, il est très complexe lorsque les deux pleurent, de les considérer comme étant à la source de demandes distinctes et individuelles. Bien souvent, si l'un est changé, l'autre le sera aussi, si l'un est nourrit, l'autre le sera aussi. Ces réponses apportées en simultané vont provoquer un retard de développement, qui se comblera tout à fait naturellement.

C'est donc par nécessité vitale et non par négligence que les parents placent leurs enfants dans cette situation de fusion gémellaire. J'ai pu constater la fréquence de ce mode d'interactions au sein des familles avec leurs bébés. A la lumière de ce qui a été vu, vouloir favoriser l'épanouissement de l'individualité, et de l'autonomie, en mettant en œuvre des stratégies trop élaborées peut amener les parents à rigidifier les interactions établies avec leurs enfants et à perdre leur spontanéité éducative.

La fusion gémellaire peut parfois demeurer chez des jumeaux devenus adultes mais ceci est extrêmement rare.

## 2) La complémentarité (de 2 à 6-7 ans)

Cette période est caractérisée par une progression cognitive parasitaire de l'un des enfants à l'égard de l'autre. René Zazzo avait parlé d'un développement gémellaire sous la forme d'un rapport de dominant et de dominé. Les recherches que j'ai menées ont permis d'établir que cette relation n'est en aucun cas figée et ne cesse de fluctuer. Par nécessité de les différencier, les parents et l'environnement cherchent à leur attribuer des caractéristiques spécifiques. Ainsi, pour la mère le jumeau qu'elle imaginera le plus dépendant et le moins compétent sera plus sollicité.

La construction de la pensée et de la personnalité ne peut se faire qu'à travers des interactions régulières auprès de l'enfant entraînant un processus d'équilibration de la réponse et de la demande. Or, au sein de cette période de complémentarité, les jumeaux vont être sollicités l'un après l'autre, ce qui produit une possibilité d'action moindre sur le réel. En effet, lorsque l'un va construire de nouvelles formes d'organisations de pensée, le second va se trouver dans une situation de spectateur et non pas d'acteur. Ce n'est que lorsqu'il sera à son tour stimulé que ce qui avait été observé précédemment, va prendre sens dans sa pensée, cette procédure se réactivant, aux dépens, cette fois-ci de l'évolution de son co-jumeau. Les interactions n'étant jamais exactement identiques à l'égard des enfants, nous nous situons donc bien dans une dynamique croissante d'organisation, et de développement de la personnalité par paliers successifs. La genèse de la personnalité se fait par « à-coups » se caractérisant par une complémentarité, nous permettant d'expliquer le retard des couples de jumeaux dans leur développement. Bien que les structures qu'ils mettent en place leur permettent de s'adapter à la réalité, d'intégrer toute sa complexité, le temps qu'ils mettent à les construire est bien plus long que chez des enfants uniques.

## 3) Le développement de l'autonomie (première étape : entre 7 et 12 ans)

Le processus de « parasitage » cognitif impacté par la complémentarité, va être atténué par ce même environnement qui l'avait généré. Une certaine forme d'autonomisation pourra donc être atteinte au cours de cette troisième transition. Les sollicitations vont se diversifier pour chaque enfant en tant qu'individu et non plus sur le registre de l'entité gémellaire, ou l'un des jumeaux par rapport à l'autre. La scolarité et la séparation effectives au sein de ce nouvel environnement entraînent un rééquilibrage des sollicitations structurantes. Le retard amorcé au cours des périodes précédentes va s'atténuer.

On pourrait penser que cette étape d'autonomie s'amorcerait au sein des périodes antérieures, grâce à des rééquilibrations internes au couple gémellaire, comme si l'enfant le moins compétent serait en mesure de combler son manque de développement par l'intermédiaire de son co-jumeau, celui-ci venant suppléer aux carences interactionnelles induites par l'environnement. Cette hypothèse n'est pas envisageable dans la mesure où même si ces enfants sont dans une relation de coopération privilégiée de par leur proximité, ils n'ont aucunement conscience de ce qui sera induit chez leur co-jumeau. Seul un médiateur extérieur à la fratrie gémellaire peut mettre en place ce processus et jouer le rôle de régulateur.

#### 4) Le développement de l'autonomie (seconde étape : à partir de 12 ans)

Avoir franchi sereinement chacune des étapes précédentes, va entraîner une meilleure gestion des crises liées à l'adolescence et amener les jumeaux à réélaborer ce lien qui les unit. Les modifications cognitives sont très importantes, il en va de même sur le plan affectif. Si les 2 premières n'ont pas été franchies, la crise d'adolescence pourra être très complexe à gérer, et l'autonomisation des enfants en sera parasitée.

L'adolescence est une phase normale de conflits plus soutenus, l'adulte en devenir ne comprenant pas les limites qui lui sont encore fixées, alors que sa pensée s'ouvre sur le monde. En outre, l'évolution de la maturité ne se fait pas au même rythme que l'évolution physique (être plus raisonnable, avoir un sens accru des responsabilités) demande bien plus de temps car tout jeune doit vivre et tirer partie de ses expériences pour gagner en autonomie. On assiste ainsi au passage de la dépendance à l'indépendance, à l'affirmation de sa personnalité, à l'apparition des premières relations amoureuses sexuées. Les crises touchent deux domaines :

Celui propre à la personnalité de l'adolescent :

- 1) La première crise est narcissique et identitaire avec un sentiment d'étrangeté qui apparaît de par la singularité de ce nouveau corps qui change, qui se modifie.
- 2) La seconde crise est pulsionnelle. Les adolescents sont pris dans un conflit entre la pensée scolaire et l'envahissement de la libido (la pensée est envahie par les fantasmes). Ainsi, avec l'émergence des pulsions sexuelles, leur pensée se décentre de ce qui était primordial depuis de nombreuses années : faire plaisir à ses parents et réussir à l'école.

Celui propre aux liens établis avec l'environnement

- 3) Se rajoute une crise des sentiments : les adolescents sont pris par des attachements compulsifs et passionnels passagers. Ces investissements les amènent à traverser des périodes d'euphorie, et de profond abattement lorsque cet attachement sentimental disparaît.
- 4) Enfin, une crise relationnelle remise en cause des dogmes parentaux, l'adolescent ayant le désir de construire ses propres repères de vies, il va d'abord se confronter et attaquer ceux qui sont présents dans sa propre famille, mais c'est en les attaquant qu'il va les intégrer progressivement.

Cette nouvelle étape de leur développement implique des difficultés supplémentaires pour les jumeaux :

- La nécessité de se séparer de ses parents et de son co-jumeau (et donc redéfinir la relation à son frère ou sa sœur qui s'il reste le compagnon idéal, doit aussi laisser la place à un(e) autre qui va être porteur d'un amour sexué)
- Une crise liée à la proximité/distance : Quelle va être la nouvelle place de mon co-jumeau dans la vie qui se dessine ?
- Une difficulté avec le rapport de ressemblance/différence : la nécessité d'affirmer ses propres choix, à part entière, en tant que choix personnel et non en tant que choix pour se distinguer de son frère ou de sa sœur (ceci tant sur le plan des idées, des tenues, des sentiments...)

Il est important de souligner que le regard des autres influe beaucoup sur le vécu gémellaire. L'évolution physique se fait souvent en décalage, il donc nécessaire d'intégrer qu'il est inutile

de vouloir se développer au même rythme et de grandir sans être en permanence comparé à son frère ou à sa sœur.

C'est au cours de cette dernière phase que les caractéristiques propres aux jumeaux vont pouvoir être pleinement utilisées :

- Un accroissement accru de l'empathie : ils vont être beaucoup plus attentifs aux sentiments des autres
- L'utilisation de la gémellité pour entrer en contact avec « les autres ». Cela est encore plus vrai dans le cadre des jumeaux dizygotes de sexe différents. En effet, chacun d'eux peut avoir accès à la représentation que se font les autres de leur personnalité sexuée. Le jumeau garçon peut ainsi savoir rapidement ce que la jeune fille qu'il veut séduire peut penser de lui, par l'intermédiaire de sa sœur ; et réciproquement.
- Les jumeaux peuvent aussi accéder à de plus grands groupes relationnels et donc étendre leurs champs de relations.
- Avoir la possibilité de demander conseil à son jumeau : le fait de savoir que quelqu'un est toujours là pour vous comprendre parfaitement et vivre les mêmes expériences est très réconfortant. En tant que parents il faut savoir accepter cette place de second confident, et laisser la première place aux co-jumeaux. Il en ira de même avec leurs conjoints réciproques lorsque chacun fondera à son tour une famille.

Ces phases se succèdent en intégrant les précédentes, dans le sens où les enfants ne peuvent atteindre la première autonomie sans être passés par l'étape de complémentarité. Lors de ces périodes, les parents modifient inconsciemment les comportements de leurs enfants à des moments clés de leur construction entraînant alors la disparition de sollicitations unificatrices remplacées par celles attenantes à la complémentarité. L'évolution naturelle de leur organisation cognitive les amène à activer des comportements générant une modification interactionnelle de l'un à l'égard de l'autre, mais aussi avec l'environnement. La complémentarité permettra de restructurer le lien gémellaire sur un mode équilibré, l'enfant n'entrant pas dans un fonctionnement pathologique de comparaison et de dépendance vis-à-vis de son jumeau. C'est bien la période antérieure dite d'unification qui va leur permettre d'atténuer ce risque afin qu'ils ne se retrouvent pas en situation de conflits récurrents.

La phase initiale d'unification, au sein de l'entité gémellaire, apparaît comme étant fondatrice du lien qui unira les enfants. Il est essentiel de l'intégrer comme tel, et non pas comme étant un stade problématique du développement gémellaire. La seconde période de complémentarité ne peut exister et ne peut être dépassée que si celle de l'entité gémellaire a été vécue. Elle est fondamentale dans le sens où elle permet aux enfants de passer par un niveau de transition avant d'accéder à l'autonomie complète.

L'entrée dans l'autonomie permettra d'identifier les aptitudes propres à chacun des enfants, celle-ci n'étant pas une négation de la gémellité ou une « dégémellisation » à outrance, mais plutôt la prise en compte de sa capacité à vivre sa propre vie, à avoir ses propres envies, en dehors de l'approbation ou de la présence de son jumeau. Le lien gémellaire demeure mais n'est pas associé à une pathologie. Il est un lien fraternel spécifique.

Au regard de ces éléments, il apparaît que l'autonomie des enfants, de l'un par rapport à l'autre, ne peut être envisagée avant 6-7 ans dans la majorité des cas. Il va de soi que certains parents peuvent solliciter une indépendance plus précoce, mais il faut rester vigilant quant à sa

mise en place. Cette dernière doit se comprendre et être analysée en fonction de la souffrance que les enfants peuvent parfois ressentir.

Cette information est majeure et peut en tous points être expliquée aux enseignants, afin de ne plus envisager la séparation comme nécessaire et imposée mais comme un moment de passage bien défini participant de l'évolution des enfants.

Malheureusement, et pour diverses raisons, certains jumeaux ne franchissent pas tous les paliers précédemment indiqués. Deux problématiques peuvent alors se présenter :

### 1) L'enfermement dans la complémentarité

Ces enfants n'ont pas atteint le premier degré d'autonomie, du fait d'un milieu ayant favorisé un développement cognitif parasitaire. Le lien gémellaire qui les unit, et leur dépendance sur le plan affectif, trouverait donc sa source au sein d'une phase non dépassée. Ils vont ainsi présenter un retard sur le plan cognitif, mais un des jumeaux sera plus en retard que son frère ou sa sœur, l'un étant plus compétent que l'autre. Une pratique préférentielle d'un des enfants, impliquant des sollicitations portées à l'un au détriment de l'autre, en est à l'origine. A l'âge adulte, l'un d'entre eux serait donc en potentialité d'autonomie, mais atténuée du fait que son frère ou sa sœur serait dans une position d'indépendance partielle. Le lien unissant ces deux adultes serait donc de nature psycho-affectif pour le jumeau le plus efficient, le second présentant un manque d'autonomie flagrant, tout devant s'effectuer avec l'aval de son frère ou de sa sœur.

Il va de soi que, dans ce contexte, séparer les deux enfants afin de favoriser l'épanouissement de celui reconnu comme étant le moins compétent semble évident. Cependant, la séparation physique ne suffira pas à favoriser le déploiement des potentialités chez l'enfant ayant été le plus touché par ce mode relationnel. Avant de séparer les jumeaux, il est nécessaire d'aider au développement des compétences chez celui qui est le plus en retrait. Ainsi, l'accès à l'autonomisation sera vécu comme une évidence par chacun des enfants.

Dans le cas contraire, le moins compétent se sentira perdu sans son régulateur extérieur, à savoir son co-jumeau. Parallèlement, le plus autonome des deux s'inquiètera énormément pour son frère ou sa sœur qu'il sait être en difficulté.

### 2) La permanence de la fusion gémellaire

Il arrive encore parfois, de rencontrer des jumeaux n'ayant jamais dépassé l'unification des premières années. La période de complémentarité n'ayant pas été suffisamment affirmée, le passage à l'étape d'autonomie n'a pu aboutir. Ces enfants ont structuré la réalité selon des procédures peu élaborées, et quasiment identiques, ce qui les amèneront par la suite, à mener des vies similaires, empreintes de pathologies relationnelles. Le problème majeur de ce type de fusion gémellaire sera d'une part l'incapacité à se séparer de son frère ou de sa sœur, puis d'autre part, le manque d'épanouissement de la personnalité de chacun des enfants impliquant un renforcement du lien qui les unit.

Toute personne confrontée à cette situation pourrait décider de mettre en place une séparation. Mais ce choix immédiat est à proscrire. Si elle est imposée alors que les jumeaux sont en pleine fusion, elle n'engendrera qu'un maintien de cette période se transformant en une recherche sans fin de cet état, considéré comme béni. Ce lien intériorisé participera totalement

du développement futur. Il est donc essentiel de les accompagner progressivement à la phase de complémentarité avant d'accéder à celle d'autonomie.

La question centrale qui concerne les jumeaux est bien celle de leur séparation. On sait, aujourd'hui, qu'il faut être extrêmement vigilant chez les enfants évoluant dans cette étape dite de complémentarité. L'un peut être prêt à la vivre, l'autre beaucoup moins compte-tenu de son état de dépendance.

Dans des cas plus rares, pour des jumeaux toujours considérés comme une entité gémellaire à part entière, l'origine se situe dans la fascination qu'ils exercent vis-à-vis de leur entourage. Une séparation brutale au cours de leur scolarité, risque d'entraîner d'importantes conséquences.

Si la conclusion de mes travaux a permis de déterminer la façon dont il fallait préparer la séparation afin de ne jamais l'imposer, il demeure des situations où celle-ci est tristement obligée par le décès d'un des jumeaux.

Cet ouvrage vise donc à apporter un double regard sur la douleur et la gravité de cet événement dramatique : du point de vue des parents et de celui du jumeau survivant.

Pour ces parents qui « sur-attendaient » ces enfants, un dilemme survient : Donner la vie, être submergé par une joie intense, puis perdre un enfant et ressentir une souffrance indescriptible. Ce double mouvement va ébranler les fondations mêmes du couple parental et conjugal. Certains pourraient penser, à défaut, que puisque'il leur reste un enfant, le chagrin éprouvé serait atténué, par le fait qu'ils restent parents ! Bien au contraire. Ils doivent faire le deuil de l'ensemble de leurs représentations et projections en tant que « parents de jumeaux ». Un long travail va devoir s'amorcer, avec la nécessité de faire vivre l'enfant disparu pour le jumeau restant.

Chez les jumeaux, aucun d'entre eux ne peut être préparé à vivre une telle situation, car perdre une partie de soi, n'est pas identifiable à la perte d'un frère ou d'une sœur dont ils auraient été très proche. De la même façon, cette douleur n'est aucunement atténuée par le fait que cette disparition soit due à une longue maladie plutôt qu'à un décès soudain. Ainsi, ce n'est pas tant l'âge qui va interférer sur le ressenti, mais bien plus l'étape du développement gémellaire qui aura été atteinte. Cet élément va agir, non pas sur l'intensité de la souffrance mais sur la façon dont elle sera intégrée.

Cette séparation subite ne doit pas faire oublier au jumeau survivant que sa vie sera dorénavant plus riche, plus forte, plus intense, faite de joies, de bonheurs, et parfois de douleurs, bien plus intenses, car intérieurement il les vivra pour deux, pour lui, et pour celui ou celle qui continuera à vivre en lui.

Je termine souvent mes conférences en précisant que le lien gémellaire se caractérise par un soutien mutuel présent tout au long de la vie. Et même avec un jumeau disparu, celui-ci persiste. J'ai une pensée émue pour l'auteur de cet ouvrage car ce n'est pas la disparition de son frère qu'elle souhaite honorer par écrit, mais bien la force qu'il lui a donné pour continuer à avancer. Aider des parents et des jumeaux à traverser cette tragédie, en se relevant, non pas parce qu'il le faut, mais parce qu'ils portent en eux la force de deux êtres qui les guide et les amène à se réaliser, tel est le témoignage poignant de ce livre. Merci à toi, Lucie, de nous démontrer que tout cela est possible.

Fabrice Bak  
Psychologue Cognitiviste  
Fondateur-Dirigeant du Cabinet Bak & Associés  
Fondateur de l'Association VLB – Vaincre le Burnout  
Spécialiste du développement des jumeaux  
Membre du comité scientifique de la Fédération Jumeaux et Plus  
Prise en charge de la douance adulte  
Chargé de cours des Universités