



4 Un choix amoureux, un projet de carrière obligent parfois à aller contre la norme. Au point de subir critiques, moqueries, mise au ban... **Comment passer ce cap ? Encouragements et paroles de spécialistes.**

Déplaire

Si nous étions totalement solitaires, il serait peut-être plus facile de prendre des décisions. Mais nous sommes tous pris dans des réseaux de dépendance et de loyauté qui entravent nos efforts d'autonomie. Sur nos épaules pèsent les attentes de nos parents, le poids de notre histoire familiale, les contrats professionnels et ceux, plus officieux, qui définissent nos amitiés. Sans oublier l'environnement socioculturel, qui influence notre façon de nous vêtir, de nous nourrir, nos choix de carrière, nos loisirs. Aller à l'encontre de ces schémas nous mènerait, pensons-nous, à d'autres calamités : être rejeté, marginalisé, perdre l'amour et la reconnaissance dont nous avons appris, dès l'enfance, qu'ils dépendaient de notre obéissance.

Mais agir en « enfant sage » encombre fortement notre soif de liberté... Oser déplaire, c'est choisir d'être fidèle à soi-même avant de l'être aux autres. Mais comment prendre ce risque sans trop de dommages ? Quatre psys et un écrivain nous donnent leurs conseils.

ANNE LAURE GANNAC



Exister pleinement demande parfois d'aller à l'encontre de ce que l'on attend de nous.

Luce Janin-Devillars
psychanalyste

Auteure de *Ces morts qui vivent en nous* (Fayard, 2005) et *Changer sa vie* (Pocket, 2003).



« Quand nous avons peur de déplaire, nous sommes comme un enfant devant les yeux de sa mère qui, si elle fronce les sourcils, pense qu'elle va l'abandonner. Autrement dit, nous sommes dans la fusion. Mon conseil serait donc de prendre du recul et de **toujours garder la bonne distance avec les autres.**

Pour cela, il faut se rappeler que lorsque nous déplaisons, c'est ici et maintenant, que ça ne va pas remettre en cause notre vie entière ; et que si nous voulons exister par nous-même, c'est-à-dire hors de la fusion, nous sommes parfois obligés de passer par cette étape. »