

Extrait de La Presse de La Manche - Avril 2008

Lydie Poisson lève les secrets de famille et les non-dits

Une quarantaine de personnes ont suivi jeudi soir à la librairie Ryst à Cherbourg, la conférence de Lydie Poisson. Cette thérapeute utilise la psycho-généalogie pour aider ses patients à se libérer de leurs difficultés.



La psychogénéalogie permet de prendre conscience - de cette famille qui est en nous - explique Lydie Poisson.

- Comment l'histoire familiale influence notre vie actuelle? - C'est à cette question que répond la psychogénéalogie, une technique de thérapie courte mise au point dans les années quatre-vingts, par le psychanalyste allemand, Bert Hellinger. - Quand nous arrivons au monde, nous avons bien sûr tous un héritage génétique, mais aussi psychologique. Un capital social prédéfini, somme informelle de nos relations. Cet héritage s'ex-

prime à travers l'histoire de la famille dont nous sommes un des maillons dans la longue chaîne des générations. Même si nous ne connaissons pas tous les personnages de notre arbre généalogique, leur trace subsiste en nous, à travers des secrets, des non-dits, des situations transmises par nos parents - - explique Lydie Poisson.

Car cette trace pousse parfois à répéter des événements douloureux. La psychogéné-

alogie permet ainsi d'en prendre conscience, de voir - cette famille qui est en nous - afin de s'en libérer et de découvrir sa véritable personnalité.

Lydie Poisson utilise aussi une technique plus rapide pour régler des questions simples. C'est l'étude des constellations familiales. Une séance suffit le plupart du temps, dit-elle, pour - mettre en espace la structure familiale et la problématique du patient - en étudiant ses origines.