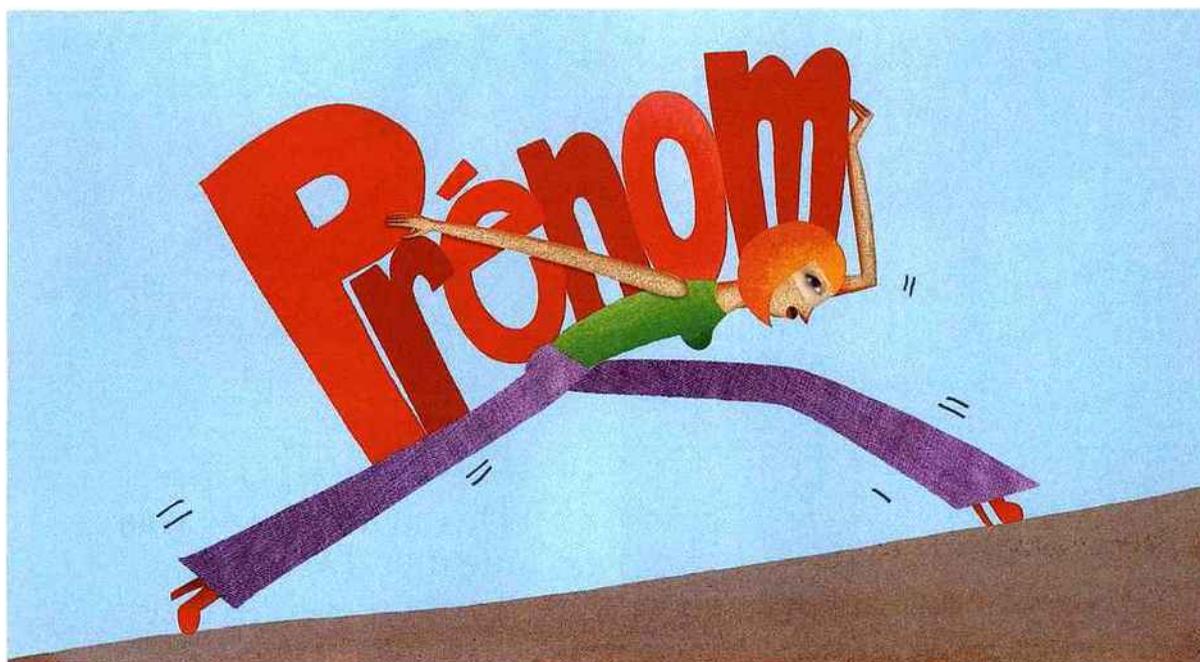




l'autopsy

Trop banal ou trop original, ringard ou sorti de nulle part... Un prénom est parfois bien mal jaugé par celui qui le porte. **Que cache vraiment ce sentiment ?** Et comment s'approprier ce mot fondateur de notre existence ?

PAR AURORE AIMELET – ILLUSTRATION ÉRIC GIRIAT



Je n'aime pas mon prénom

Ses parents avaient choisi de l'appeler Sigismund Schlomo. Mais, vingt-deux ans plus tard, l'homme change et opte pour Sigmund. Sigmund Freud, père de la psychanalyse, qui dira que « le nom d'un homme est l'une des composantes principales de sa personnalité¹ », sans jamais éclairer cette amputation de son prénom. On rappellera que la mère de Freud affectionnait le diminutif Sigi, on s'interrogera aussi sur le rejet de la syllabe « is », préfixe symbolique pour le peuple juif – Israël, Isaac. Dans tous les cas, comme l'indique Nicolas Guéguen², professeur de psychologie sociale, « la détestation de son propre prénom n'est jamais liée au prénom lui-même, mais toujours à ce qu'il représente ». Dans l'inconscient collectif, pour nos parents ou pour nous-même

Mon prénom n'est pas moi. « Il a pour fonction fondamentale de nous identifier, remarque le psychanalyste Vincent Le Corre. Seulement, ce signifiant, ce mot, est porteur de signifiés, c'est-à-dire de sens, de symboles. » Un Jean-Édouard nous caractérise nanti, une Soraya parle de nos origines arabes. Pour la psychothérapeute Juliette Allais³, « certains souffrent d'un décalage entre cette charge symbolique et qui ils sont ou désirent être ». Une forme de conflit psychique s'opère. « S'engage alors un travail d'appropriation qui n'est pas un processus passif », analyse Vincent Le Corre. Ce travail prend du temps. Mais il s'avère plus difficile pour ceux qui manquent d'estime de soi, de confiance et qui fondent, dès lors, leur identité sur l'image qu'ils renvoient. « Via » leur prénom, notamment.

SA SOLUTION

Marie-Pierre, 47 ans, médecin

« J'ai longtemps détesté mon prénom. Il me rappelait mon père, Jean-Pierre, un homme froid, distant, qui était odieux avec ma mère. Je voulais faire disparaître le Pierre et ne m'appeler que Marie. Ou docteur ! C'est en grandissant, en vieillissant même, que j'ai assumé l'ensemble de mon prénom. Comme l'on accepte son histoire, ses parents, là d'où l'on vient, ce que l'on porte en soi... C'est ainsi que l'on peut s'accepter soi-même, tout entier. Cela prend du temps, mais je suis heureuse d'assumer enfin mon bagage et la "pierre" qui était dedans. »

Mon narcissisme est fragile. Françoise Dolto écrivait : « De tous les mots [...] entendus par l'enfant, il en est un qui va être d'une importance primordiale, assurant la cohésion narcissique du sujet : c'est son prénom⁴. » Ne pas l'aimer reviendrait-il à ne pas s'aimer ? « Ce peut être en effet le signe d'une mauvaise image de soi », affirme Nicolas Guéguen. Lorsque l'on se dévalorise, ou que l'on souffre d'un sentiment de malaise, il nous est parfois nécessaire de déprécier ce qui est tangible, comme son physique... ou son prénom. Le complexe offre un support plausible à un narcissisme fragile.

Mon héritage est trop lourd. Les projections, fantasmes et désirs parentaux, conscients ou non, sont toujours au cœur du choix d'un prénom. « Mais certains enjeux peuvent être trop contraignants, remarque Juliette Allais. L'enfant ressent une pression : celle de "correspondre à..." – un autre être aimé par exemple –, d'être "à la hauteur de..." – une star, une figure historique –, de réparer ceci – un milieu social –, de faire vivre cela – une culture... Ces fantasmes le chargent d'un devoir, d'une fonction. » Lorsque les parents conditionnent amour, reconnaissance et valorisation à la satisfaction de leur propre projet et désir, ils compliquent la construction de l'identité de l'enfant. Et celui-ci de se demander : « Comment correspondre à ce que l'on attend de moi et que je ne suis pas ? Est-ce moi, après tout, que l'on aime ? »

1. In Totem et Tabou (Gallimard, "Folio Essais", 2010).

2. Auteur de Psychologie des prénoms (Dunod, 2008).

3. Fondatrice et directrice de l'Institut de formation et de recherche en analyse transgénérationnelle (Ifrat).

4. In L'Image inconsciente du corps (Seuil, "Points", 1992).

À LIRE

La Psychogénéalogie, comment guérir de sa famille

de Juliette Allais

Une enquête chez nos ancêtres pour comprendre comment nous avons hérité de certaines croyances, peurs ou difficultés. Loin d'être une ode au déterminisme, l'ouvrage invite à faire ses choix propres (Eyrolles 2011).

Que faire ?

Opter pour un diminutif

Le professeur de psychologie sociale Nicolas Guéguen propose de contourner le problème en choisissant « un pseudo ou un diminutif qui plaise davantage ». Ce que font d'ailleurs les ados, en pleine construction identitaire, pour mieux faire « entendre » leur personnalité. « Des travaux en sciences du comportement l'ont mis en évidence : les petits noms, plus mémorables, favorisent les liens sociaux ; chaleureux, ils suscitent l'affection. »

Interroger son désir de changement

« À l'instar du complexe physique que l'on aimerait gommer grâce à la chirurgie esthétique, il est essentiel d'interroger son désir de modifier son prénom, affirme la psychothérapeute Juliette Allais. Que veut-on réparer ? Le prénom est-il le seul problème ? Se rebaptiser peut être libérateur, mais on ne changera pas en profondeur. » S'il apparaît que les difficultés sont plus profondes, il est préférable d'en rechercher les causes avec l'aide d'un thérapeute.

Parler à ses parents

Pour le psychanalyste Vincent Le Corre, il est improductif de ruminer : « "Pourquoi m'a-t-on donné ce prénom dévalorisant ? Qu'est-ce que mes parents avaient dans la tête ?" Mieux vaut les interroger, eux : "Pourquoi ce prénom ? Que souhaitez-vous me transmettre ? Qui a choisi ? Étiez-vous d'accord ?", etc. » Découvrir leurs aspirations peut permettre d'en finir avec d'éventuels fantasmes et projections.