



MARION Dominique

ALBERTVILLE
UGINE

06 63 89 09 11

[Me contacter par email](#)

Psychanalyste rêve Eveillé
Thérapeute Titulaire en TBSI
(Thérapie Brève Self Inductive)
Thérapeute agréée en TBC
(Thérapie Brève du Couple)



www.aire-marion.com

2008

INTRODUCTION

Le terme jumeau, jumelle, nous vient du latin gemellus et signifie « né le même jour ». Au XVIIIème siècle, le terme bessons, déformation du mot latin « bis » (*deux fois*), était utilisé et l'accouchement de jumeaux était appelé besselotte.

Les jumeaux ne laissent jamais indifférents. Ils suscitent des réactions fortes : curiosité, incompréhension, peur, envie, rejet. Et s'ils ne laissent pas indifférents c'est qu'ils touchent inconsciemment à une notion qui nous est essentielle : notre sens de l'identité. « *Je suis moi, je suis unique* ». Ils nous renvoient en miroir notre solitude et réactivent notre grand rêve de « posséder » un alter ego, une âme sœur de tous temps, de n'être jamais seul.

Mais quelle est l'essence du lien gémellaire ? Combien de sortes de jumeaux existe-t-il ? Quel est l'aîné dans ce couple ? Comment fonctionne un couple de jumeaux ? J'essaierai de répondre à ces questions et à quelques autres dans cet article et me pencherai sur la perte d'un jumeau pendant la grossesse ou à la naissance et sur ses conséquences sur le jumeau restant.

PARTIE I – VOUS AVEZ DIT JUMEAUX ?

De tous temps, une grande ambivalence a été véhiculée au travers des mythes concernant les naissances gémellaires. Bénis car dons divins, censés prodiguer bonheur, richesse, prospérité, ou maudits car œuvre du malin et source de grands malheurs. Bien qu'idolâtrés parfois, c'est bien la peur et l'aversion qui semblent avoir été les sentiments dominants au cours de l'histoire. La raison de cette aversion pourrait être la notion d'adultère car pour l'esprit primitif, le second enfant provenait soit de relations sexuelles avec un démon, soit avec un autre homme.

A) Les jumeaux et leurs mythes

Âme ou sœur

Jumeau ou frère

De rien mais qui es-tu ?

Tu es mon plus grand mystère

Mon seul lien contigu

Tu m'enrubannes et m'embryonnes

Et tu me gardes à vue

Tu es le seul animal de mon arche perdue...

Toi, tu es mon autre

La force de ma foi

Ma faiblesse et ma loi

Mon insolence et mon droit

Moi, je suis ton autre

Si nous n'étions pas d'ici

Nous serions l'infini

Chanson « Tu es mon autre » – Lara Fabian

Quelques mythes autour de la gémellité :

- Les jumeaux seraient géniteurs de l'humanité : dans la Génèse, la gémellité est suggérée par la naissance d'Eve à partir d'une côte d'Adam. Dans la Torah, Eve donne naissance à Caïn l'aîné et à sa jumelle, puis à Adam et ses deux jumelles. Caïn épousa sa jumelle et Abel l'une des siennes. Dans le Rig-Véda indien, Yamī et Yama, jumeaux de sexe différent, donnent naissance à la race humaine.
- Les jumeaux seraient une bénédiction : chez les Dogons, les Bambaras et les Malinkés d'Afrique, les indiens Mohaves de la vallée du Colorado, les Akwalas du nord de la Californie, ou encore les Yorubas du sud-ouest du Nigeria, les jumeaux possèdent des pouvoirs surnaturels source de bénédiction et gage de fertilité.
- Les jumeaux seraient d'origine démoniaque : les Nuers du Soudan, les Mossis de Haute-Volta, à Bornéo, aux Philippines, chez certaines ethnies de Madagascar, les naissances gémellaires sont considérée comme une intervention des forces du mal ou dues à une possession de la mère par un mauvais esprit.

Chez les esquimaux, les Aïnous du Japon, les aborigènes australiens ou des tribus africaines et amérindiennes du Nord et du Sud, un jumeau, ou les deux, étaient sacrifiés. Chez certains peuples, seules les filles étaient sacrifiées afin d'empêcher la propagation de la gémellité.

Les mères pouvaient aussi être immolées et de nos jours encore, certaines doivent accomplir des rites de purification après la naissance.

Une tribu primitive du Zambèze, pratiquait l'ablation d'un testicule pour éviter qu'un homme puisse engendrer des jumeaux.

- Les légendes gréco-romaines regorgent de jumeaux tels Romus et Romulus, Castor et Pollux, Cassandre et Hélénos dont la conception est souvent consécutée à l'intervention d'un dieu. Le mythe de Narcisse pourrait aussi être teinté de gémellité, puisque selon Pausanias :

« Narcisse aurait été amoureux de sa sœur jumelle, il ne se serait pas remis du décès prématuré de celle-ci, et aurait vu, dans son reflet à lui, la seule image capable de reproduire fidèlement l'aspect de son amour disparu » (bibliographie n° 5 page 130).

- Le monde chrétien aussi connaît des saints jumeaux : saint Côme et saint Damien ainsi que Crépin et Crépinien saints patrons des cordonniers.

Que dire de l'abondance des jumeaux dans la littérature, le cinéma, le théâtre, si ce n'est la preuve de la fascination dont ils sont l'objet ? Leur thème apparaît partout. Thème qui, le plus souvent, aborde la duplicité, tromper l'autre par l'apparence : jumeau innocent, ignorant sa gémellité et victime de son alter-ego pervers, incestes par ignorance, couples de jumeaux machiavéliques etc...

N'omettons pas enfin, les fameux personnages Dupont et Dupond de l'auteur de bandes dessinées Georges Prosper Remi, dit Hergé, que seule la dernière lettre de leur nom distingue.

Depuis un siècle, nombre de psychologues, sociologues, scientifiques passionnés, étudient les jumeaux et tentent de percer leur mystère. Cet intérêt a permis de

progresser dans la compréhension de la gémellité et les résultats de ces enquêtes et études ont produit des avancées considérables tant en médecine, qu'en psychologie, sociologie.

Aujourd'hui, bien que la gémellité ait été démystifiée, les mentalités évoluent lentement et le thème des jumeaux reste encore enfermé dans des stéréotypes et idées reçues. La fascination de la ressemblance physique provoque encore un malaise teinté de crainte, d'interrogations, de mystère et d'envie.

B) La vie intra-utérine des jumeaux

1) Le premier grand voyage

Tout commence par la conception. Au cours de chaque cycle féminin, plusieurs ovocytes commencent à mûrir. Un seul se développe plus que les autres et devient follicule dominant, d'environ 2 cm (*un follicule contient l'ovocyte et le liquide folliculaire*). Quand il est prêt, celui-ci envoie un signal d'arrêt de maturation aux autres follicules, puis le follicule mature éclate et l'ovocyte descend dans la trompe de fallope.

Lors d'un rapport sexuel, environ 200 millions de spermatozoïdes sont libérés et un seul pénètre à l'intérieur de l'ovocyte où les 23 chromosomes de l'ovocyte et 23 chromosomes du spermatozoïde fusionnent. C'est la fécondation. L'ovocyte fécondé est alors appelé zygote (*œuf*). Alors commence un voyage de huit à dix jours pendant lesquels le zygote va se diviser abondamment et descendre jusqu'à l'utérus pour s'y implanter. Seuls 15 à 40 % des zygotes parviennent au bout de ce voyage.

Une fois implanté, le zygote continue son développement spectaculaire. Dès la première semaine de fécondation, les bourgeons des oreilles sont déjà présents. A trois semaines l'embryon possède déjà une tête et une queue. Les jambes et les bras commencent à bourgeonner dès la fin du premier mois. Le cœur lui, bat dès le 23^{ème} jour. A un mois et demi, le cerveau et les organes internes se forment, suivis des organes sexuels.

Nous n'allons pas exposer en détail les différents stades de la division cellulaire mais pouvons tout simplement nous émerveiller de la vitesse et la précision du développement d'un futur être humain et retenir que c'est dans les trois premiers mois qu'émerge, à partir d'un zygote, un fœtus complexe.

2) Les différents types de jumeaux

Que se passe-t-il donc pour, qu'au lieu d'un seul être humain, deux ou plus soient en gestation dans le ventre maternel ? Existe-t-il de vrais et de faux jumeaux ?

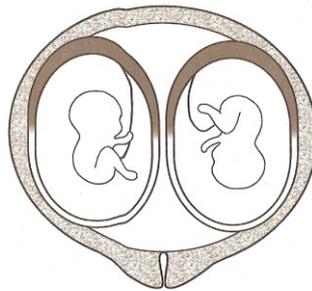
En fait, il existe deux types de jumeaux et pour le second type différentes configurations possibles :

- Les jumeaux hétérozygotes ou dizygotes (faux jumeaux) : il s'agit de deux ovocytes différents qui arrivent à maturation dans un temps rapproché et sont fécondés chacun par un spermatozoïde différent. C'est pourquoi ils peuvent être de sexe différent. Ils ne sont guère plus proches génétiquement que des frères et sœurs « normaux ».

La précision des appareils échographiques de nos jours permet d'apercevoir la seconde ovulation qui se produit soit dans le même ovaire, soit dans l'autre ovaire.

Lorsqu'il y a plusieurs partenaires sexuels, les jumeaux hétérozygotes peuvent donc être de pères différents, voire de race différente.

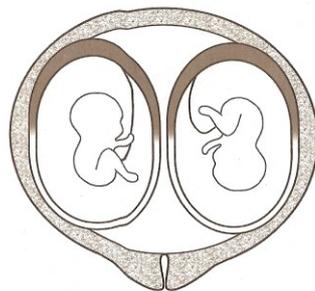
Les jumeaux hétérozygotes s'implantent chacun à un endroit différent de l'utérus. Ils ont leur propre cavité amniotique avec leur propre placenta.



Bibliographie n° 1 page 38

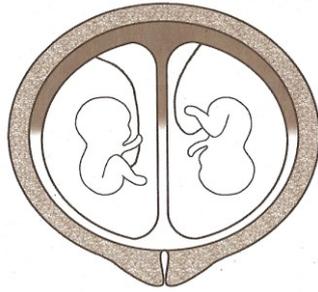
- Les jumeaux homozygotes ou monozygotes (vrais jumeaux) : il s'agit d'un zygote qui se divise dans les tous premiers stades de la grossesse et dont le facteur déclenchant reste à ce jour inconnu. Donc la fécondation ayant eu lieu, le patrimoine génétique des futurs bébés est le même et ils sont donc, obligatoirement, de même sexe. Par contre, le moment où la division de l'œuf va se produire, définira le type de grossesse monozygote :

- ✓ Si la séparation a lieu dans les 48 heures qui suivent la fécondation, les embryons se développent alors dans deux poches amniotiques distinctes ; chacune pourvue d'un placenta : grossesse monozygote dichoriale diamniotique ;



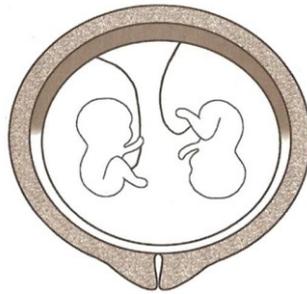
Bibliographie n° 1 page 38

- ✓ Si la séparation a lieu entre troisième et le septième jour suivant la fécondation, les embryons vont se développer dans deux poches amniotiques distinctes mais implantées dans un seul placenta. C'est la forme la plus courante (70 % des grossesses monozygotes) : grossesse monozygote monochoriale diamniotique ;



Bibliographie n° 1 page 39

- ✓ Si la séparation a lieu entre le huitième et le treizième jour, les embryons vont se développer dans la même poche amniotique et dans le même placenta : grossesse monozygote monochoriale monoamniotique ;



Bibliographie n° 1 page 40

- ✓ Après le treizième jour, les embryons vont devenir des jumeaux en miroir, c'est-à-dire des jumeaux dont la latéralité est inversée. La grossesse sera aussi monozygote monochoriale monoamniotique mais l'un des jumeaux sera gaucher, l'autre droitier. Au lieu d'une similitude, il y aura une symétrie dans l'implantation des cheveux, au niveau des traits et souvent une disposition inversée des organes, le cœur à droite et le foie à gauche chez l'un des jumeaux ;
 - ✓ Enfin, si la division se produit encore plus tard, les deux embryons restent accolés par une partie commune : des frères ou sœurs siamois.
- Un cas rare de jumeaux, les jumeaux aux globules polaires : deux parties différentes d'un ovocyte se trouve fécondées par deux spermatozoïdes différents. Ils se situent entre les homozygotes et les hétérozygotes, puisqu'ils sont génétiquement semblables du côté de la mère mais pas du côté du père.

Exceptionnellement, lors de grossesses multiples, une partie des bébés peut être hétérozygote assortie d'une ou plusieurs paires de monozygotes.

Les jumeaux sont souvent confondus avec les clones or, ils n'en sont pas. Les clones sont fabriqués à partir du noyau d'une cellule adulte, alors que les jumeaux sont issus de la scission naturelle d'un œuf. Les clones n'ont pas grandi ensemble in utero. Le point commun entre les clones et les jumeaux monozygotes correspond au partage du même patrimoine génétique. Les jumeaux se ressemblent souvent, on peut les confondre, cependant il ne s'agit pas de la réplique d'un même individu, mais bien du développement de deux individus différents.

3) Perceptions précoces de l'embryon

A partir de quel moment les embryons peuvent-ils ressentir, percevoir l'environnement, et dans le cas de jumeaux, percevoir l'autre ?

On croyait jusqu'aux années 50 qu'un bébé naissait comme une page vierge qui serait à écrire.

Des psychologues et médecins renommés (*Elizabeth Noble, Stanislav Grof, Claude Imbert*) présument de nos jours que l'on peut remonter les souvenirs jusqu'à la conception même.

Nos connaissances sur les tous premiers stades de développement embryonnaire se sont beaucoup améliorées et des moyens d'investigation fine sont aujourd'hui à notre disposition. Ainsi, les preuves scientifiques abondent aujourd'hui prouvant qu'un fœtus a déjà des ressentis et que ces ressentis sont précoces. L'endoscopie (*caméra introduite dans l'utérus filmant les fœtus*) a permis de découvrir durant une amniocentèse que lors de l'introduction de l'aiguille dans l'utérus, les fœtus s'éloignent d'elle et s'immobilisent, comme en état de choc. (bibliographie n° 11).

Nous l'avons vu, les oreilles commencent leur formation dès les premiers jours et le cerveau se forme vers un mois et demi. Mais il existe aussi des mémoires qui permettent de stocker les informations et ressentis :

- La mémoire de champ morphogénétique :
Des scientifiques étudièrent le comportement de singes sur l'île de Koshima, de 1952 à 1958. Certains singes apprirent à éplucher des patates douces avant de les consommer. Lorsque suffisamment de singes surent éplucher les patates douces, d'un coup, tous les singes de l'île se mirent à les éplucher, ainsi que tous les singes de la même espèce, sur les îles avoisinantes. Le scientifique Rupert Sheldrake a effectué des recherches sur le champ morphogénétique comme stockage possible de mémoires. Il s'intéressa particulièrement au fait que des inventions techniques étaient découvertes simultanément dans des pays très éloignés.
- La mémoire extra corporelle :
Il s'agit d'une mémoire hors du corps, qui ne passe pas par les cinq sens, mais qui n'en est pas moins active. Les expériences vécues par les personnes au seuil de la mort (*NDE*) et les souvenirs précis et intenses qu'ils en rapportent, n'ont pu passer par les sens puisque l'EEG de ces personnes restait plat lors de ces expériences.
- La mémoire corporelle :
L'ouïe est le premier sens à se développer, et l'on peut supposer que très tôt, le fœtus perçoit son jumeau, ne serait-ce que par ce sens. Ensuite vient le toucher : un fœtus réagit au toucher dès la dixième semaine suivant la conception. Il est à supposer que le fœtus touche très tôt son jumeau dans l'utérus.

Les organes du goût se développent dès la huitième semaine et à partir de la douzième semaine l'embryon avale le liquide amniotique et serait censé le goûter.

Les yeux se ferment dès la formation des paupières à la fin du deuxième mois de gestation, cependant, le fœtus perçoit la lumière et l'obscurité au travers de celles-ci.

Les embryons se touchent, se frôlent : les hétérozygotes tout autant que les

monozygotes, la membrane du sac amniotique est très souple et ressemble à une feuille de cellophane fine, très mobile mais solide. (bibliographie n° 11)

Tout ceci nous laisse supposer que le fœtus perçoit très tôt son jumeau dans la matrice, qu'il existe certainement une forme de communication, de ressenti de l'autre dès les premières semaines et une mémoire de ces vécus.

Il semblerait d'ailleurs, que les comportements prénataux de jumeaux se perpétuent dans leur enfance : on a pu voir par endoscopie une paire de fœtus se frotter les joues à travers la membrane du sac amniotique : « *A environ deux ans, le jeu préféré de ces jumeaux était de se mettre de part et d'autre d'un rideau et de se toucher à travers le tissu en riant* » (bibliographie n° 11).

Dans la matrice certains embryons sont agressifs vis-à-vis de leur jumeau, le frappent ou le poussent fortement, et celui-ci se replie. Ce rapport de force perdure ensuite entre les deux enfants (bibliographie n° 11).

4) Distinguer les jumeaux monozygotes des jumeaux dizygotes

Comment reconnaître des jumeaux dizygotes de jumeaux monozygotes ? Lorsque le sexe diffère, ce sont obligatoirement des jumeaux dizygotes. Mais lorsqu'ils sont du même sexe ? L'examen minutieux des placentas et différentes membranes peut donner une réponse, encore faut-il qu'il soit effectué par une personne compétente et la distinction n'est pas aisée.

S'ils sont physiquement très différents, la question est presque réglée, il s'agit certainement de jumeaux dizygotes. Et s'ils se ressemblent ? Dans ce cas seul un test ADN saura définir de quel type de jumeaux il s'agit. Un indice pourtant pourrait être de comparer la forme et la taille des oreilles, la forme de la mâchoire, la plantation dentaire et la forme du nez. Si leur morphologie se présente comme identique, il s'agit probablement de jumeaux monozygotes. Mais là encore prudence, seul le test ADN peut entériner la « monozygotie ».

L'équipe de généticiens Carl Bruder et Jan Dumanski de l'université d'Alabama a découvert récemment des variations génétiques entre jumeaux monozygotes liées à des erreurs de réplication des cellules, des recombinaisons illégitimes. Ce qui pourrait expliquer l'existence de pathologies chez un seul des jumeaux de couples monozygotes (bibliographie n° 10).

5) La grossesse

La femme est conçue pour ne porter qu'un embryon à la fois, elle ne peut supporter qu'un maximum de poids, pour les mieux adaptées, de 5,6 kilogrammes (bibliographie n° 11). Aussi il est rare qu'une grossesse gémellaire puisse atteindre son terme et ces grossesses sont-elles particulièrement surveillées. Cependant, malgré les progrès du suivi obstétrical, elles restent à fort risque tant pour la mère que pour les bébés :

- Risques psychologiques pour la future mère :
L'annonce d'une grossesse gémellaire peut être malvenue et source d'angoisse : un véritable choc qui a été nommé « choc gémellaire ». Si la future mère n'est pas soutenue, elle peut développer une dépression plus ou moins sévère et dans un tel contexte, le risque de maltraitance inhérent est à évaluer.

Lorsqu'il y a déjà des enfants, particulièrement en bas âge, lorsqu'une hospitalisation pré ou post natale de la mère et/ou des bébés est nécessaire, la mère peut se trouver en détresse psychologique. A noter que les conjoints s'éclipsent beaucoup plus souvent lors de grossesses gémellaires.

Le suivi, beaucoup plus médicalisé et le stress généré nuit aussi à la sérénité de la mère en gestation.

- Risques physiologiques pour la future mère :
L'hypertension artérielle est très fréquente lors de telles grossesses. Au cours du dernier trimestre, si celle-ci s'associe à des oedèmes, de l'albumine et une prise de poids, ce peut être l'indice d'une toxémie gravidique demandant une intervention rapide. Diverses autres complications peuvent survenir telles une rétention d'eau, du diabète gestationnel, de la tachycardie, l'anémie (40 % de ces grossesses), l'éclampsie etc...
- Risques pour les bébés :
Les risques sont importants pour les fœtus, et en tout premier lieu la prématurité : près de la moitié des naissances gémellaires ont lieu avant la 37^{ème} semaine et la prématurité est responsable de près des deux tiers de la mortalité périnatale de jumeaux. Les équipes médicales essaient de prolonger autant que possible la durée de la gestation tout en ne mettant pas la mère, ni les bébés en danger. Des complications dues à la prématurité sont souvent présentes :
 - ✓ Immaturité du système respiratoire ;
 - ✓ Infections néonatales ;
 - ✓ Jaunisses ;
 - ✓ Problèmes de croissance pondérale ;
 - ✓ 14% des grands prématurés (*nés avant 32 semaines*), conserveront des séquelles psychomotrices ou sensorielles majeures ;
 - ✓ De plus, La médicalisation extrême de ces êtres fragiles sera source ultérieure de problèmes psychologiques.

Les autres risques concernent :

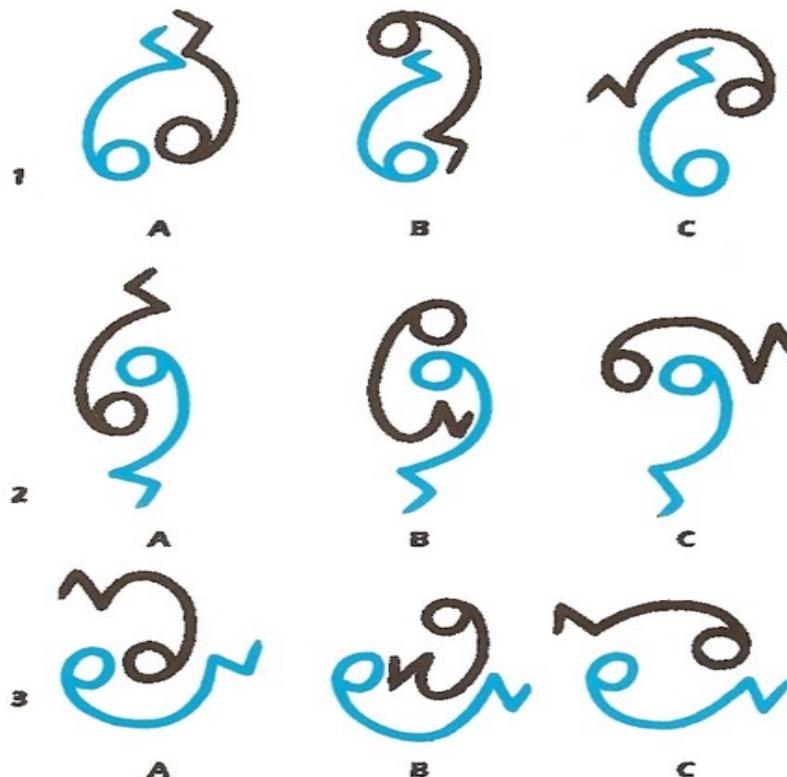
- ✓ L'avortement spontané au deuxième trimestre ;
- ✓ L'hypotrophie (*croissance insuffisante d'un des bébés*) ;
- ✓ Les éventuelles malformations : déformations orthopédiques dues à un espace intra-utérin trop étroit ;
- ✓ Enfin le risque du syndrome transfuseur-transfusé : lors de grossesses monozygotes monochoriales diamniotiques (15%), l'un des bébés capte une partie du sang de l'autre et naît très rouge ou cyanosé (*le transfusé*) et l'autre naît pâle, anémique, plus petit (*le transfuseur*). Une intervention sous endoscopie permet aujourd'hui de scléroser les artères et veines communes par faisceau laser. Grâce à cette technique 65 à 70 % des fœtus présentant ce syndrome survivent, contre seulement 20 % auparavant (bibliographie n° 11).

C) La naissance

Les jumeaux naissent à une moyenne d'un quart d'heure d'écart entre les naissances, mais ils peuvent naître, dans le cas de jumeaux dizygotes à plusieurs heures, voire plusieurs jours d'écart. Et aussi incroyable que cela paraisse, dans certains cas même avec plusieurs semaines, ou plusieurs mois d'écart : les embryons se sont alors développés dans un utérus didelphe, c'est-à-dire d'un utérus composé de deux demi-utérus.

La naissance de jumeaux est toujours un moment délicat. Nombreuses de naissances gémellaires sont prévues par césarienne, souvent du fait de la position des bébés ou de la morphologie de la mère. La césarienne est systématique aujourd'hui pour les grossesses monozygote monochoriale monoamniotique, afin d'éviter l'emmêlement des cordons ombilicaux (bibliographie n° 11). Pour les autres grossesses gémellaires, la césarienne peut être pratiquée lorsqu'une difficulté survient lors de l'accouchement. On estime aujourd'hui à 50 % le nombre de naissances de jumeaux par césarienne, contre 30 % dans les années 70 (bibliographie n° 11).

Types de présentation des jumeaux



- 1 - Premier jumeau tête en bas (en présentation céphalique) (82 % des cas) :
1A - Second jumeau en présentation céphalique = accouchement normal ;
1B - Second jumeau se présentant par le siège = accouchement normal (vérification des mesures du bassin par un radio dans certaines équipes) ;
1C - Second jumeau en présentation transverse = accouchement normal. L'obstétricien "verticalise" le second bébé.
- 2 - Premier jumeau en siège (17 % des cas) :
2A - Second jumeau en présentation céphalique = accouchement normal ou césarienne selon les équipes ;
2B - Second jumeau en siège = accouchement normal ou césarienne selon les équipes ;
2C - Second jumeau transverse = accouchement normal ou césarienne selon les équipes.
- 3 - Premier jumeau transverse (<1 % des cas) : césarienne quelle que soit la position du second jumeau.

Bibliographie n° 8 page 86

Des différences notables de poids, jusqu'à un kilogramme, entre les deux bébés, principalement entre jumeaux monozygotes, ont été souvent remarquées.

Mais au fait, qui est l'aîné ?

Les notions d'aîné et de cadet ne sont pas vraiment applicables aux jumeaux. En France, le premier sorti est considéré comme l'aîné, car selon le droit romain, dont relève le droit français, le premier entré (*donc le premier conçu*) est le premier sorti. Mais cette notion est typiquement française et il n'en est pas de même pour d'autres pays.

D) Grossesses multiples et Fécondation artificielle

De nos jours, nombre de couples ne pouvant avoir d'enfant ont recours à la fécondation artificielle. Chez les femmes présentant un trouble de l'ovulation on pratiquera une stimulation hormonale par l'administration de FSH (*hormone folliculostimulante*). Cette pratique entraîne le risque de maturation simultanée de plusieurs ovocytes, donc de grossesse multiple.

On peut aussi prélever des ovocytes sur la mère, décongeler des spermatozoïdes et effectuer la fécondation sous microscope en laboratoire, puis réinjecter plusieurs ovocytes fécondés dans le col de l'utérus de la mère. Là encore le risque de grossesse multiple est important.

Ces manipulations, qui certes permettent à des couples stériles de fonder une famille, comportent des inconvénients qu'il ne faut pas négliger. Le premier étant, nous venons de le voir, la grossesse multiple, qui aboutit souvent à une réduction d'embryons ultérieurs, avec tous les problèmes éthiques que véhicule cette pratique :

- Pour la mère savoir qu'une partie de ses futurs bébés est sacrifiée et que les conserver tous débouche sur un risque élevé de malformations et d'avortement ;
- Ensuite la question du choix des bébés sacrifiés est déchirante, pourquoi celui-ci et non celui-là et une forte culpabilité générée ;
- Le risque de fausse couche et/ou de malformations est important ;
- Enfin, certaines femmes vont se retrouver enceintes de jumeaux alors que leur morphologie n'est pas adaptée à ce type de grossesse, ce qui amènera inévitablement des complications et une prématurité plus ou moins importante de leurs enfants.

E) Quelques chiffres

Sur tous les continents le taux de gémellité avoisine 3 % excepté en Asie et Océanie où il frise les 0,7 % (bibliographie n° 7 page 14). Les jumeaux se répartissent ainsi : 1/3 de jumeaux monozygotes contre 2/3 de jumeaux dizygotes.

Les facteurs responsables de la survenue de grossesse gémellaire monozygote sont difficiles à comprendre car leur taux reste stable quelle que soit l'ethnie ou la région du globe.

En France, en 1985 les grossesses gémellaires (*abouties*) représentaient à peine plus de 1 % des grossesses totales. En 1995, elles représentaient 1,5 %, soit 5 000 jumeaux de plus

et l'augmentation de ces grossesses suit une constante. On dénombre en France plus de 700 000 couples gémellaires près d'1,5 million d'individus (bibliographie n° 5 page 34). Quels sont donc les facteurs favorisant les grossesses gémellaires ?

- Le facteur ethnique : les femmes asiatiques ont le taux le plus faible (0,3%), les européennes un taux intermédiaire (0,8 %) et les femmes africaines détiennent le record (1,6 %) ;
- Le facteur héréditaire : on peut retrouver des jumeaux à chaque génération de certaines familles et il est fréquent d'observer des vrais (*monozygotes*) et faux (*dizygotes*) jumeaux dans toutes les générations de ces familles ;
- L'âge de la mère : facteur important principalement pour les grossesses dizygotes dû à l'augmentation du taux de FSH, les âges prépondérants se situant en fin d'adolescence ou à partir de 37 ans ;
- Certains aliments tels les yam, en Afrique, contiennent des substances hormonales stimulant l'ovulation ;
- Une parité (*nombre total de grossesses*) élevée est un dernier facteur favorisant.

Dans les pays occidentaux, le taux de naissances gémellaires monozygotes reste stable alors que celui de grossesses dizygotes est en constante progression. Cette progression serait consécutive aux fécondations artificielles. Depuis les années 1970, le taux de naissances gémellaires a progressé de 50 % et les grossesses de triplés et plus enregistre une augmentation de 400 % (bibliographie n° 11). En effet, la plupart des grossesses multiples sont conséquentes aux techniques d'aide à la procréation, notamment la FIV (*Fécondation In Vitro*) (bibliographie n° 11). De plus, un grand nombre de femmes préfèrent établir leur réussite professionnelle avant de fonder une famille et se trouvent enceintes après 37 ans, accroissant de par leur âge le risque de grossesses gémellaires.

F) La charge de travail

Nous l'avons vu une grossesse gémellaire est une grossesse difficile, à surveiller et fatigante car il faut porter deux enfants au lieu d'un seul. L'accouchement est aussi plus long qu'un accouchement d'enfant singulier (*enfant né seul*).

Quand tout se passe bien, et ce n'est pas une majorité, la maman peut rentrer chez elle et s'occuper de ses deux enfants. Seulement, ils sont deux, et cela veut dire double charge de travail : les tétées, changes, toilettes, représentent huit heures de travail quotidien auxquels s'ajoutent les moments de tendresses, bisous, câlins à multiplier par deux. Les jumeaux étant souvent plus petits que les singuliers, ils mangent d'avantage : entre 12 et 16 biberons par jour seront à préparer.

Il s'agit, principalement dans les premiers mois d'un véritable marathon et les parents d'enfants multiples ont besoin d'assistance ; cependant l'éclatement géographique actuel de nombre de familles ne permet pas aux parents, grands parents, frères, sœurs, d'offrir leur aide.

Enfin, la charge financière est lourde. Tout doit être acheté en double simultanément. Les poussettes doubles sont encombrantes et bien plus chères que deux simples. Les nourrices pour jumeaux sont difficiles à trouver. Lorsqu'il y a déjà un ou plusieurs enfants, l'achat d'un véhicule plus grand est indispensable. Les aides pour les familles d'enfants

multiples n'existent pas en France et les spécificités de ces familles ne sont pas prises en compte par l'état. Sans l'action de la Fédération Jumeaux et Plus, ces familles de multiples seraient tout simplement ignorées.

G) Le lien gémellaire

Il fascine, ce lien mystérieux qui relie ces êtres d'apparence identique. Existe-t-il vraiment un lien particulier ? Quelle est son essence ? Ces interrogations nous nous les posons tous et n'osons pas toujours les formuler en présence de jumeaux. Aussi je vous propose une brève exploration de ce thème.

1) Le lien affectif

*Deux étions et n'avions qu'un
coeur.*

François Villon

Un grand rêve, un grand mythe humain est de n'être jamais seul. D'avoir auprès de soi une âme sœur, un être avec lequel se sentir en complétude, une personne qui ait toujours été là, dès le tout début et qui nous accompagnera toute notre vie.

Les jumeaux réalisent ce grand rêve. Ils n'ont jamais été seuls, présents l'un à l'autre dès la matrice, ils ne connaissent pas la solitude des singuliers. Eux seuls possèdent la certitude de ne jamais se retrouver seul, même dans les pires moments.

L'attachement gémellaire reste encore aujourd'hui une énigme.

« Pour mon jumeau, j'ai à la fois de l'affection, de l'amitié et de l'amour. Mais le mélange de tout cela donne tout autre chose, très fort et très pur... »

« ...plutôt qu'un supplément, c'est une tendresse qui est déjà là, qu'on a toujours connue, qui coule d'elle-même spontanément, sans mérites » (bibliographie n° 6 page 87)

Le lien gémellaire est simple et complexe à la fois, inné, originel, intemporel, il semble receler un mystère mais n'est en fait qu'évidence, une évidence telle qu'il ne peut être détruit sans détruire une grande part de la personnalité dont il fait partie intégrante.

2) La similarité et ses conséquences

*J'avais un frère jumeau.
Nous nous ressemblions tellement que,
L'un de nous étant mort à la naissance,
Je n'ai jamais pu savoir si c'était lui ou moi.
Marc Twain*

Les jumeaux vivent dans la petite enfance une confusion plus importante que les bébés singuliers : à qui est ce pied ? Qu'est-ce qui est de l'autre, d'eux-mêmes, d'aucun des deux ?

Cette confusion a été étudiée lors du stade du miroir, stade où les enfants peuvent se reconnaître dans le miroir, ce qui implique la conscience de soi-même et la distinction entre soi et son reflet. Les vrais jumeaux, s'ils sont présentés ensemble, voient dans le miroir deux êtres semblables à eux plus un autre à côté d'eux, d'où une grande

confusion. S'ils sont présentés seuls face au miroir, ils y voient leur jumeau ou jumelle. Ils ne se reconnaissent pas pendant un long temps. Même adultes, passer devant un miroir génère souvent une espèce de vertige-éclair où pendant une fraction de seconde, ils ne savent plus s'il s'agit d'eux ou de leur jumeau.

La similarité d'aspect permet cependant une certaine distanciation à propos de l'image physique : le vrai jumeau regarde son frère et peut devenir ainsi son propre observateur et développer une certaine objectivité par rapport à lui-même.

Les humains utilisent leurs cerveaux selon des prédominances hémisphériques : rationnel, logique et abstraction pour l'hémisphère gauche et art, intuition pour l'hémisphère droit. Il semblerait que les jumeaux se partagent très tôt les dominances cérébrales et que d'un commun accord l'un prend la dominance de l'hémisphère gauche pendant que l'autre celle de l'hémisphère droit. On peut noter que plus de 35 % des couples de jumeaux monozygotes comportent un gaucher. La question suivante peut donc être posée : un grand nombre d'enfants nés seuls, gauchers, n'auraient-ils pas eu un jumeau ?

3) La fusion

Le couple gémellaire peut être considéré comme un prototype du couple. Dans le couple de jumeaux, chacun va occuper une place et c'est ainsi que l'on peut remarquer que l'un est plus communicant avec l'extérieur, alors que l'autre se tait. Ce qui a induit la notion d'un dominant et d'un dominé. Mais il semble plus juste de répartir les rôles entre le ministère de l'intérieur et le ministère des relations extérieures.

La cellule gémellaire, protectrice et sécurisante, peut devenir une sorte de refuge, de retour à la douceur des limbes, mais aussi un handicap pour l'épanouissement de la personnalité et son autonomie. En effet, ce lien fusionnel peut se révéler étouffant, la cellule peut se refermer sur elle-même, système clos, autosuffisant qui tient peu compte de l'environnement, de l'extérieur.

Des statistiques prouvent qu'en moyenne les jumeaux sont moins intelligents que les singuliers. Quelles en seraient les raisons ? L'autosuffisance affective de la cellule gémellaire ne pousse pas les jumeaux à lier des contacts avec l'extérieur. Ils sont deux et se suffisent. Pourquoi créer des liens d'amitié, de camaraderie, puisque le meilleur des amis est là, toujours présent. Cependant ceci engendre un manque d'intérêt, de curiosité et d'ouverture qui a pour conséquence un apprentissage du langage plus tardif.

Les jumeaux se comprennent d'un regard, d'un sourire, d'une mimique, alors pourquoi acquérir un autre langage au prix d'efforts soutenus. Dans la plupart des cas ils se créent leur propre langage, qu'eux seuls comprennent et utilisent. C'est ce que René Zazzo a baptisé la cryptophasie. Ce langage pourra être plus ou moins structuré allant pour certains couples d'un simple charabia à un langage véritablement élaboré pour d'autres mais il aura toujours pour conséquence un retard d'acquisition des bases du langage et donc un retard de développement.

4) La dégémellisation

Pour parer à ces inconvénients, la déjémellisation semble être une solution concrète. Cependant la question de la déjémellisation soulève les passions et nombre de personnes refusent d'admettre que la bulle jémellaire puisse avoir des effets nocifs sur la vie de l'individu. Lorsque la déjémellisation est acceptée, reste à gérer la question du moment opportun pour éviter une trop grande souffrance. La plupart des psychologues et psychanalystes prônent une déjémellisation systématique et parfois très précoce (bibliographie n° 5 page 89).

Le débat reste ouvert mais certaines erreurs, faciles à éviter, permettent une meilleure « personnalisation » des jumeaux :

- Ne pas laisser dormir les jumeaux dans le même lit même pendant la première année ;
- Ne jamais les appeler « les jumeaux » mais bien distinctement par leurs prénoms. Lorsqu'ils sont nourrissons, un accessoire (*bracelet, couleur de tétine*) peut être indispensable à la mère pour bien les distinguer ;
- Ne pas leur donner de prénoms qui se jémellent : Victor et Hugo ; Marie-Blanche et Marie-Rose ; Aline et Pauline ; Marielle et Murielle ; François et Xavier etc...;
- Les habiller de façons différentes, ce qui n'empêche pas d'avoir des vêtements identiques, mais sans qu'ils soient portés simultanément ;
- Réserver un espace d'individualité et de liberté pour chaque enfant ;
- Lors de la scolarité, s'ils acceptent préalablement, ils peuvent être mis dans des classes différentes, à condition qu'ils n'en souffrent pas.

Concernant la déjémellisation, la bonne attitude pour les parents consisterait à être attentif à leurs enfants, à les respecter et les considérer comme deux personnes distinctes.

Il s'agit pour chaque jumeau de vivre des moments d'indépendance, équilibrés par des moments à deux, afin de conserver le meilleur de la jémellité.

On a remarqué que des jumeaux, séparés à la naissance et ne se retrouvant qu'à l'âge adulte, sont plus proches au niveau du comportement et des choix de vie, que des jumeaux élevés ensemble ; comme si la vie commune poussait les jumeaux à se différencier pour affirmer leur identité.

5) La sexualité

La littérature regorge d'amours jémellaires, d'incestes entre jumeaux de sexe différent, démontrant combien le fantasme de la sexualité jémellaire est présent aujourd'hui.

Mais qu'en est-il dans la réalité ? Lorsqu'ils parlent de leurs rapports entre eux, la pudeur semble prédominer. Les contacts même accidentels semblent même gêner certains d'entre eux.

Bien peu de psychologues se sont intéressés à cet aspect de la relation jémellaire. Peu d'enquêtes ont été menées sur ce sujet et celle de René Zazzo (1985), a été effectuée à partir de témoignages de jumeaux monozygotes, ce qui ne nous donne aucune indication quant aux éventuelles relations sexuelles de jumeaux hétérozygotes.

Selon cette enquête, la proximité, principalement à la pré-adolescence, des jumeaux peut mener à des jeux à caractère sexuels, allant du simple plaisir physique accompagné de peu de culpabilité, à un sentiment de tendresse et parfois à une attirance amoureuse où le sentiment de culpabilité est alors à son paroxysme.

Bien que nombre d'entre eux disent ne jamais s'embraser, ni même se toucher, une attirance physique existe bel et bien entre les jumeaux : pourquoi ne serait-on pas attiré par son propre reflet ? Cependant, il semblerait qu'il n'y ait pas plus de relations incestueuses chez les jumeaux qu'entre les autres membres de fratries.

Si vous souhaitez épouser un jumeau, attendez-vous à éveiller la rivalité, la jalousie de l'autre jumeau, qui se sentant trahi, abandonné, pourra empoisonner votre relation de couple. Une solution fonctionnelle pourrait être que les partenaires de jumeaux soient ami(e)s depuis longtemps, ou que le couple de jumeaux choisisse pour compagnes ou compagnons un autre couple de jumeaux.

Il a été remarqué que souvent les vies affectives de jumeaux sont symétriques : mariage la même année, même prénom pour le ou la conjoint(e), grossesses simultanées etc...

PARTIE II – LA PERTE D'UN JUMEAU

*Du temps que j'étais écolier,
Je restais un soir à veiller
Dans notre salle solitaire.
Devant ma table vint s'asseoir
Un pauvre enfant vêtu de noir,
Qui me ressemblait comme un frère.
Poème « la nuit de décembre »
Alfred de Musset*

Pour étayer cette partie, je m'appuierai essentiellement sur le livre d'Alfred et Bettina Austermann : « Le syndrome du jumeau perdu » (bibliographie n° 1).

A) Perdre un jumeau au cours de sa vie

Que se passe-t-il pour le jumeau restant lorsqu'il y a décès de son jumeau ? Pour un jumeau vivant, concevoir la disparition de son alter ego est tout simplement concevoir l'inconcevable. Déjà, pour nombre d'entre eux l'éloignement est source de grande souffrance, alors le concept de disparition du jumeau est inenvisageable, illogique, impossible.

Lorsque ce malheur arrive, presque toujours le jumeau survivant entretient une sorte de relation posthume avec le jumeau disparu. Il semblerait qu'il y ait une sorte de déni de la perte, une assimilation, une introjection du lien gémellaire afin de conserver ce lien. Le deuil ne sera jamais tout à fait accompli.

Nous l'avons vu, le lien gémellaire est puissant, intense, et la disparition d'un jumeau ne peut donc être qu'une épreuve démesurée, traumatisante : une sorte d'amputation.

B) Le demi-jumeau

Est appelé demi-jumeau, le jumeau survivant d'une grossesse gémellaire non aboutie, dont l'un des fœtus décède pendant la grossesse, voire à la naissance. Le jumeau perdu est aussi appelé « jumeau évanescent » (*vanishing twin*). N'est reconnu comme « jumeau évanescent » que les embryons ayant eu une activité cardiaque. La détection de plus en plus précoce et les moyens d'investigation plus performants révèlent la présence d'un *vanishing twin* pour 21,2 % des grossesses (C. Vayssière « *Les grossesses multiples* » - *Etude sur 1 000 échographies effectuée en 1986*) (bibliographie n° 7 page 36). En se basant sur ce chiffre, on peut donc dire qu'à peu près 2 grossesses sur 10 produisent un « jumeau évanescent » et que les demi-jumeaux sont un phénomène bien plus courant qu'il n'y paraît.

1) La perte intra-utérine d'un jumeau

Nous l'avons vu dans la première partie, l'embryon perçoit très tôt la présence de l'autre. De plus les différentes mémoires : mémoire du champ morphogénétique, la mémoire extra corporelle et la mémoire corporelle, lui permettent de se souvenir de ses perceptions et ressentis à l'aube de son développement.

Nous avons aussi perçu à quel point le lien gémellaire est intense. Dans l'utérus, chacun ressent l'autre, le touche, se frotte contre lui, joue avec lui, chacun entend le cœur de l'autre battre près de lui. Après la naissance les jumeaux ont un désir fort de se retrouver. Ce lien profond durera toute la vie.

Un évènement particulièrement douloureux pour un jumeau est la mort à terme ou lors de l'accouchement de son jumeau. Le cas d'Elvis Presley en est significatif, puisqu'il aménagea son environnement en double pour son frère mort né. Tous les jumeaux dont l'alter ego est mort à la naissance ont un destin lourd car le manque de l'autre est tel que rien dans la vie ne peut le remplacer, la personne se sent comme une demi-portion. Une partie du survivant veut mourir très vite pour rejoindre l'autre.

Mais que se passe-t-il dans l'utérus, bien avant la naissance, lorsqu'un des jumeaux meurt ? Les découvertes de la psychologie prénatale nous permettent aujourd'hui d'entrevoir la portée vertigineuse de cette catastrophe, de ce drame intérieur. Tout comme le jumeau ayant perdu son jumeau lors de la naissance, le demi-jumeau sent le manque de l'autre et ressent une forte culpabilité d'être en vie. Dans l'utérus, il a fait l'expérience de l'impuissance acquise et aura bien du mal à prendre ensuite sa vie en main.

En cas de tentative d'avortement de la mère se soldant par la mort d'un des fœtus, l'enfant se souvient de la, ou des, tentative(s) d'avortement de sa mère. Sa relation à la mère en sera fortement perturbée car celle-ci a tué son frère ou sa sœur et il ne peut lui faire confiance, s'abandonner dans ses bras, il se sent en danger de mort. La mère est vécue comme dangereuse, mortifère. Les demi-jumeaux dont c'est le cas n'osent pas prendre leur place dans la vie, ils sont inhibés et ne seront dans la vie que pour moitié.

Mais la mère enceinte ressent-elle la perte d'un de ses bébés ? Les méthodes échographiques en trois dimensions effectuées très tôt permettent aux mères d'aujourd'hui d'être informées du décès d'un des fœtus. Cependant, la plupart du

temps, elles n'en ont aucune conscience. Un simple saignement dans la première partie de la grossesse, quand il a lieu, est la seule preuve concrète de la perte d'un des fœtus. Aussi, nombre de demi-jumeaux ignorent-ils, même adultes, la perte qu'ils ont subie.

« Imaginez que vous êtes seul avec votre partenaire dans une barque. Il n'y a personne d'autre aux alentours. Il fait beau ce jour-là et vous savourez ce moment d'intimité avec l'autre. Soudain, votre bien aimé(e) commence à se tordre de douleur et meurt dans vos bras. Vous ne pouvez rien faire. Avec beaucoup de difficultés vous ramenez la barque sur la rive avec le corps mort à son bord... Combien de temps vous faudrait-il, en tant qu'adulte, pour arriver à dépasser entièrement cet événement sur le plan psychologique ? Selon nos expériences, un être en devenir met encore plus de temps qu'un adulte. La perte a été le premier événement important de sa vie. Tous ses sens étaient aux aguets. Il était complètement impuissant. » (bibliographie n° 1 page 254)

2) Que devient le fœtus mort

Lorsque l'un des fœtus meurt, il est absorbé par le placenta ou bien il s'incruste dans le corps du fœtus survivant. Nous pourrions plutôt dire que le survivant croît et englobe l'autre. Ainsi un article paru le 16 mai 2008 dans le journal « Aujourd'hui en France » fait mention de ce fait :

Médecine : une fillette de neuf ans a été opérée hier à Larissa, en Grèce, d'un « fœtus parasite », présent dans son corps depuis sa naissance. Les médecins grecs ont indiqué avoir retiré du corps de l'enfant un embryon de 6 cm où l'on pouvait distinguer des cheveux et des yeux. Le « fœtus in fœtus » constitue une anomalie rare pouvant se produire lors de grossesses gémellaires où le bébé se développe en portant le fœtus parasite de son jumeau.

On peut ainsi retrouver chez des adultes, lors d'inflammations, des tissus organiques ne leur appartenant pas mais dont l'ADN est proche. Il peut s'agir de dents, de cheveux, de morceaux d'os, qui provoquent des kystes ou des tumeurs.

Si le fœtus décédé a dépassé les vingt semaines, il se dessèche dans la poche utérine et devient ce que l'on appelle un enfant de la lune, un « fetus papyraceus », aplati comme une feuille de papier et visible dans le placenta lors de l'accouchement. Il ressemble à une petite momie.

3) Le syndrome du jumeau perdu

Les demi-jumeaux sont souvent très sensibles car ils ont plus de blessures psychiques que les singuliers, ils souffrent dès la matrice d'un état de choc, de solitude et d'une grande culpabilité. Les répercussions de la perte d'un jumeau constituent un véritable syndrome. Elles sont de quatre ordres : malformations organiques, psychosomatiques, psychiques et comportementales.

- Les malformations organiques :
 - ✓ Adhérences au niveau des organes génitaux : souvent conséquentes à l'incrustation du jumeau perdu au niveau des organes génitaux ;
-

- ✓ Problèmes auditifs : il semblerait que l'oreille atteinte se situe du côté où se trouvait le jumeau perdu ; l'arrêt du rythme cardiaque de l'autre pourrait avoir été un choc trop important ;
 - ✓ Déformations de la colonne vertébrale : certaines scoliozes pourraient être dues à la perte d'un jumeau, le survivant essayant de se détourner le plus possible du cadavre de son jumeau (*comportement ayant été observé par échographie*) ;
 - ✓ Kystes et tumeurs : voir « Que devient le fœtus mort ».
 - Les répercussions psychosomatiques :
 - ✓ Vertiges : nombre de demi-jumeaux ressentent des vertiges sans perturbation du système vestibulaire. Si le lien existe certes entre la perte d'un jumeau et ces vertiges, il n'a pas encore été démontré ;
 - ✓ Douleurs au niveau de la poitrine, du cœur : sans causes organiques ces douleurs ont un lien avec une grande blessure ancienne de séparation ;
 - ✓ Crises de panique, tremblements, tachycardie, peur de la mort : parfois un lien peut être fait entre la perte d'un jumeau et ces symptômes ;
 - ✓ Autres troubles : troubles digestifs, grincements de dents, ongles rongés.
 - Les répercussions psychiques :
 - ✓ Etat de choc permanent : les demi-jumeaux vivent en état de choc comme les personnes ayant survécu ou bien été témoins d'un grave accident ;
 - ✓ La culpabilité : les jumeaux survivants, surtout lorsqu'il y a eu avortement, présentent une forte culpabilité d'être en vie alors que l'autre est mort. La culpabilité peut aussi provenir de l'impression d'avoir pris la place de l'autre, de l'avoir dévoré (*jumeau incrusté*), de ne pas avoir réussi à sauver son jumeau ;
 - ✓ La solitude : elle est la compagne fidèle des demi-jumeaux. Aucune de leurs relations ne peut les combler car ils recherchent à travers elles celui qui leur manque tant, et ne trouvant pas ce qu'ils cherchent, ils se sentent d'autant plus seuls et incompris ;
 - ✓ Se coller aux autres : certains demi-jumeaux cherchent un contact trop intense et rencontrent de ce fait des difficultés de communication et le rejet ;
 - ✓ Ou au contraire ressentir la peur d'être touchés ;
 - ✓ Le contact peau à peau : soit les demi-jumeaux ont besoin de contact peau à peau qui leur procure une certaine sécurité, reviviscence du contact intra-utérin, soit ils vont fuir toute forme de contact physique perçu comme une persécution et déclencheur de panique et d'anxiété ;
 - ✓ Le manque de pouvoir : beaucoup de demi-jumeaux n'arrivent pas à être puissants et performants, ni à vivre pleinement leur vie. D'autres sont plus proches de la mort que de la vie et n'ont pas vraiment envie de vivre ;
 - ✓ La jalousie : certains demi-jumeaux paniquent au moindre retard, étouffent l'autre et réagissent avec rage. Ils ne peuvent contrôler ces émotions violentes car leur origine leur reste inconnue, non identifiée ;
-

- ✓ Les rêves de meurtrier et de victime : il n'est pas rare que les demi-jumeaux fassent des rêves récurrents dans lesquels ils tuent une personne ;
 - ✓ Echec et insuccès : ils sont le lot de nombre de demi-jumeaux : se rendre malade pour ne pas réussir est une de leur stratégie inconsciente. A noter que l'impuissance acquise paralyse tous les secteurs de leur vie et donc toute chance de succès. Réussir, s'affirmer, entrer en concurrence, les renvoie à la croyance qu'ils ont pris une trop grande place dans l'utérus, à une sorte de trahison envers le jumeau décédé ;
 - ✓ La difficulté à avoir des enfants : le nombre de demi-jumeaux sans enfant est largement au dessus de la moyenne, ceci serait dû à la culpabilité envers le jumeau perdu et à la panique que suscite l'idée de perdre le futur enfant à naître ;
 - ✓ La nostalgie de la mort : nous l'avons déjà évoqué, certains jumeaux souhaitent tellement retrouver leur jumeau perdu qu'ils développent une nostalgie de la mort : graves accidents répétitifs, maladies graves ; prises de risques, sports dangereux, ou tout simplement vivre une demi-vie, comme un fantôme, non incarné.
- Les répercussions comportementales :
- ✓ Certains demi-jumeaux sont fascinés par les miroirs : recherche inconsciente de l'autre derrière le reflet ? ;
 - ✓ La plongée sous-marine semble être un domaine de prédilection des demi-jumeaux : la ressemblance du monde subaquatique avec l'utérus est frappante ;
 - ✓ La symétrie de la disposition des meubles et les achats en double de nombre d'objets : acheter pour l'autre comme s'il était vivant ;
 - ✓ Les animaux comme remplaçants de l'absent : l'animal est traité comme une personne, il est plus important que les amis ou le partenaire. Parfois l'enfant vient aussi remplacer le jumeau perdu, la relation étroite élève l'enfant au niveau du parent, générant alors une confusion des générations ;
 - ✓ La quête du jumeau et la recherche de fusion : les demi-jumeaux peuvent parcourir le monde à la recherche de quelqu'un qui soit très proche d'eux. Dans les relations affectives, ils recherchent la fusion et se heurtent souvent au rejet, leur trop grande proximité, leur besoin de symbiose, effrayant leurs partenaires. Les relations amoureuses les laissent donc seuls, déçus, incompris. La rencontre de deux demi-jumeaux pourrait fonctionner, chacun projetant sur l'autre le jumeau perdu.

4) Le placenta-jumeau

« La psychanalyse croit que le placenta a une signification particulière pour l'enfant ».
« La logique psychanalytique est vite tentée de décoder la naissance comme une perte du jumeau-placenta adoré et estime qu'il est nécessaire d'en faire son deuil. D'après la psychanalyse, la perte d'un jumeau n'est en réalité que la perte du placenta »
 (bibliographie n° 1 page 95).

Ce que nous pouvons dire, c'est qu'environ deux grossesses sur dix comportent un « jumeau évanescent » et que la perte d'un demi-jumeau entraîne des conséquences psychologiques importantes pour le survivant. Son mal-être et ses symptômes (*ci-dessus*) l'amène donc fréquemment à consulter.

Ceci pourrait nous laisser supposer qu'un certain nombre de consultations psychologiques sont conséquentes à la perte d'un jumeau.

5) Surmonter la perte

Comment un demi-jumeau pourra-t-il guérir de cette blessure profonde ?

La guérison passera par plusieurs étapes dont la première est la prise de conscience de la perte d'un jumeau. Certains signes externes peuvent fournir une indication aux thérapeutes :

- ✓ Une tentative d'avortement connue ;
- ✓ Une grossesse par FIV avec réduction d'embryons ;
- ✓ Des saignements de la mère en début de grossesse ;
- ✓ Des adhérences découvertes dont les tissus n'appartiennent pas à la partie du corps où ils ont été prélevés (*dents, cheveux*).

Pendant la plupart du temps ces indices n'existent pas, ce sont les symptômes, et surtout la conjonction de plusieurs d'entre eux (*voir ci-dessus*) qui constituera un indice majeur de la perte d'un jumeau. L'apparence de certaines personnes semble être aussi un indicateur fiable pour le thérapeute : ces personnes vivent comme en veilleuse, leur énergie vitale est freinée.

Le travail thérapeutique, par la régression, permettra de confirmer ou d'infirmer la perte d'un jumeau. Le Rêve Eveillé, ici s'avère un outil précieux, car il mettra en scène, sur un mode symbolique le drame utérin, qui pourra être revécu pleinement et conscientisé.

Extrait de Rêve-Eveillé d'une patiente : découverte d'un jumeau

« Ma petite fille me prend par la main et m'emmène. Je ne sais pas où elle m'emmène. Je ne veux pas la suivre. Je la suis. Elle court, je m'écorche sur les branches, mes vêtements se déchirent. Un précipice là brutalement devant moi. C'est le précipice dans lequel est tombé mon frère. C'est comme une faille profonde, noire au fond. Je pleure. Je n'ai pas pu le retenir... ».

Lorsque la perte d'un jumeau s'est révélée effective, un travail d'acceptation totale de cette catastrophe intra-utérine doit être fait, le demi-jumeau aura à se connecter au passé, à ressentir dans son corps et dans son âme la présence de l'autre.

Extrait de Rêve-Eveillé d'une patiente : connexion au jumeau

« Il y a une barque pour une personne. Je monte dedans. La barque s'éloigne de la berge et suis le courantà gauche il y a une bâtisse avec une roue à aubes. C'est la roue à remonter le temps. je suis toute petite, un fœtus dans un cocon. Je suis bien. Je ne suis pas seule. Je suis avec mon frère. On communique bien. On n'a pas besoin de parler, ça va à la vitesse de la pensée... ».

Ensuite les sentiments face à ce drame émergeront : colère envers l'autre, sentiment d'abandon, de solitude terrible, culpabilité avec l'impression d'être responsable du décès de son jumeau. Parfois aussi, la culpabilité peut générer une croyance inconsciente en la volonté de vengeance du jumeau décédé et une terreur intérieure.

Extrait de Rêve-Eveillé d'une patiente : culpabilité face au jumeau perdu

« Je sens une présence maléfique au fond de la pièce... Il y a une espèce de grosse masse noire, mouvante... J'ai très peur... Je demande 'Qui es-tu ?'... Je demande encore 'Qui es-tu ?'... Je dis 'Que veux-tu ?'... J'entends 'Te tuer'. Je demande 'Pourquoi'. J'entends 'Parce que tu as tué ton frère'... (émotion). Je comprends qui il est maintenant, c'est mon remord, ma culpabilité... La masse se transforme, elle se transforme en mon frère. C'est mon frère, il a quasiment la même tête que moi... Il me tend les mains. Il me dit 'Pardon d'être parti'. Je mets mes mains dans les siennes, je réponds 'Pardon d'être restée'. On se regarde. Il y a beaucoup d'amour. Il veut que je sois heureuse. On se serre dans les bras l'un de l'autre. Je lui dis que j'ai eu longtemps peur de lui, qu'il veuille se venger, que je me sens coupable... Il dit qu'il faut que je sois heureuse dans cette vie... On se retourne, dos à dos, la partie gauche de mon dos contre la partie gauche du sien... C'est comme si on régressait, on se retrouve à deux dans l'utérus, dos à dos, comme avant... J'entends ce mot très fort 'Toujours'... ».

Si à ce stade le patient ne peut se connecter à son demi-jumeau, soit la piste de la perte d'un jumeau est erronée, soit la personne n'est pas encore prête à y faire face.

Lorsque la culpabilité est trop forte, elle doit être travaillée par la prise de conscience de l'impuissance, et de l'incapacité réelle d'un fœtus à intervenir lors d'un tel drame de par sa faible constitution.

Extrait de Rêve-Eveillé d'une patiente : prise de conscience de l'impuissance du fœtus (autre extrait du Rêve-Eveillé ci-dessus dialogue entre la grosse masse noire et la patiente)

« Je demande s'il peut entendre que je n'y suis pour rien. C'est déjà assez difficile sans mon frère. (larmes). Il dit que j'aurais pu le tenir. Je lui dis que j'étais bien trop petite, un fœtus, que c'était impossible, que j'ai tout fait mais que je ne pouvais pas. ».

Toutes ces étapes passées, un vrai travail intérieur de retrouvailles, de gratitude et de reconnaissance pour les moments passés ensemble dans la matrice peut alors avoir lieu.

Une attribution de nom au jumeau disparu et un rituel d'enterrement peuvent être profondément libérateurs.

Lorsque le demi-jumeau a pu traverser en conscience ce deuil, alors, et seulement alors il lui est possible de s'autoriser enfin à vivre et de décider d'être acteur de sa vie.

Tous les demi-jumeaux ne ressentent pas avec la même intensité la perte de l'autre, ceci peut être dû à plus une grande précocité de la perte, à la sensibilité propre de la personne, à moins qu'il ne s'agisse d'un mécanisme de défense.

La sensibilité importante des demi-jumeaux, le manque de compréhension de leur situation par l'entourage, du jardin d'enfants à la vie relationnelle adulte, leur fait penser qu'ils sont différents et les amènent souvent en thérapie. Un thérapeute non averti, pourrait alors travailler indéfiniment la relation à la mère, au père, et se trompant de cible, n'apporter que peu de changement notable à l'état de son patient.

N'allons pas présumer que la découverte d'un jumeau perdu réalisera la panacée pour un demi-jumeau, elle est une étape du chemin. Certains demi-jumeaux vont bien mieux lorsque le travail thérapeutique sur la perte a été effectué, d'autres ne s'en remettent jamais tout à fait. Notons aussi que la solitude, le deuil, la culpabilité peuvent avoir d'autres causes qu'un jumeau perdu (*perte dans la petite enfance, transgénérationnel, etc...*).

CONCLUSION

Le nombre de jumeaux est en constante progression dans les pays occidentaux (*hétérozygotes*). Les nouvelles avancées technologiques d'investigation nous ont fait découvrir la fréquence importante des grossesses gémellaires (*2 sur 10*) et par déduction que la perte d'un jumeau n'est pas un phénomène rare, mais bien plus courant que nous aurions pu le supposer. Nous avons découvert aussi que pour la majorité des cas, cette perte intra-utérine avait des répercussions profondes sur la vie des survivants, et induisait une grande souffrance psychologique.

C'est donc bien à nous, en tant que thérapeutes, de ne pas nier ce phénomène et d'y porter notre regard et notre attention afin de nous forger une opinion basée sur notre clinique et nos échanges avec les patients et nos confrères afin de soulager ces personnes qui ont perdu comme une part d'eux-mêmes.



Bibliographie

- 1 - Alfred et Bettina Austermann – Le syndrome du jumeau perdu - Editions Le Souffle d'Or – 2007
- 2 - Docteur Claude Imbert – Un seul être vous manque, auriez-vous eu un jumeau – Editions Visualisation Holistique – 2004
- 3 - Colette Hamard-Frichet – Enfance de jumeaux, confidences d'une mère – Editions Puf – 1996
- 4 - René Zazzo – Le paradoxe des jumeaux – Editions Stock – 1984
- 5 - Thierry Joly – Le mystère des jumeaux – Editions Prat – 2000
- 6 - Frédéric Lepage – Les jumeaux, enquête – Editions Robert Laffont – 1980
- 7 - Muriel Decamps – Les jumeaux, idées reçues – Editions Le Cavalier Bleu – 2005
- 8 - Emile Papiernik, René Zazzo, Jean-Claude Pons, Monique Robin - Jumeaux, Triplés et plus – Editions Nahtan – 1992-1995
- 9 - Boris Cyrulnik – Les vilains petits canards – Editions Odile Jacob – 2001
- 10 - Article Science & vie n° 1088 de mai 2008 – « Les vrais jumeaux ont un génome différent » - P 19
- 11 - Emission « Voyage au centre de la vie : les bébés multiples » - France 5 – Vendredi 09 mai 2008 à 16 h 05



AIRE
Formation et Certification de :

THERAPEUTES
EN THÉRAPIE BRÈVE SELF INDUCTIVE

PSYCHANALYSTES
RÊVE-EVEILLÉ

www.aire-psy.fr

Toute reproduction et communication publique, totale et partielle, de cet article, par quelques procédés que ce soit, est interdite sans l'accord écrit de l'auteur (articles L 335-2 et suivants du Code de la Propriété Intellectuelle).