

Onglet 1

Travail de Maturité

Le fait d'avoir un jumeau constitue-t-il un frein à la construction d'une identité personnelle distincte ?



Alexandre TIREFORT et Raphaël TIREFORT
Maître accompagnant : Mme ROWE Tiffany
CEC André-Chavanne 2024-2025

Table des matières

I. Introduction	2
II. L'identité	5
Le concept d'identité	5
L'identification	6
III. L'importance de l'environnement	7
L'éducation des parents	7
Les étapes du développement cognitif chez les jumeaux	9
Comparaison et compétition – les parents	10
Comparaison et compétition – les personnes extérieures	11
Comparaison et Compétition – Impact psychologique	12
IV. Impact direct d'avoir un jumeau sur les capacités sociales et le langage	12
V. Différents types de relation	13
Relation fusionnelle	13
Relation effet de couple	14
Relation dominant-dominé	15
VI. Notre témoignage	16
VII. Questions entourage	18
VIII. Conclusion Finale	19
VIII. Bilan Personnel	20
IX. Bibliographie	21
X. Annexes	26

I. Introduction

En tant que vrais jumeaux, nous avons choisi d'aborder un sujet pour notre Travail de Maturité nous étant directement lié. Plus qu'un simple travail de recherche, il nous a permis de mieux comprendre notre relation et la façon dont celle-ci influence notre manière de nous identifier. Nous y avons intégré notre propre expérience, ce qui rend notre recherche plus personnelle et concrète.

Nous avons eu la chance, dans le cadre de notre travail, d'interviewer Isabelle Gattlen, coach et consultante en parentalité ainsi que formatrice en éducation positive. Elle possède un cabinet à Moudon, en Suisse, où elle accompagne les parents dans la gestion de l'éducation de leurs enfants, plus particulièrement les parents de jumeaux. Pour elle, avoir des jumeaux a été une expérience unique qui l'a poussée à travailler dans le domaine.

Lors de nos recherches préliminaires, nous avons été surpris par la croissance du nombre de jumeaux. En 2009, la Suisse comptait 35 jumeaux pour 1000 naissances (faux-jumeaux y compris), donc deux fois plus qu'en 1970, selon le centre hospitalier universitaire vaudois¹. Cette augmentation peut notamment s'expliquer par la fécondation in vitro et à l'âge plus avancé des femmes lors de la grossesse. Cette tendance rend notre sujet d'autant plus pertinent, puisqu'il peut servir de repère aux personnes côtoient des jumeaux.

Nous avons également été frappés de découvrir qu'au cours des années 1960, des expériences contestables ont été menées sur des jumeaux. Les psychiatres Peter Neubauer et Viola Bernard ont séparé un certain nombre d'entre eux. Leur objectif était d'analyser et de comprendre la limite de la génétique par rapport à l'évolution de la personne. Cette étude a été synonyme de problème éthique : elle manquait de transparence vis-à-vis des parents adoptifs et a donc été source d'indignation. Elle a inspiré plusieurs documentaires (*Jumeaux, l'expérience* sur Amazon Prime et *Three Identical Strangers* sur Netflix).

A l'inverse, aux alentours de la même période un autre cas de jumeaux a fait polémique et nous a beaucoup amusé. L'histoire des "frères Jim"², deux jumeaux également séparés à la naissance, mais cette fois les parents adoptifs étaient au courant de l'existence de l'autre jumeau. Ils ont donc vécu séparés l'un de l'autre dans des familles différentes jusqu'à leur 39 ans. Ils ont pourtant mené des vies curieusement similaires : les deux avaient le même prénom, partageaient des goûts et des facilités scolaires similaires, aimaient les mêmes activités et, de manière presque invraisemblable, se sont tous les deux mariés deux fois avec des femmes portant les mêmes prénoms. Ils ont même donné des noms identiques à leurs enfants. Face à toutes ces coïncidences nous sommes restés assez dubitatifs et questionnions la véracité de cette histoire. Cependant, un livre a même été écrit à ce sujet par Nancy Segal, Professeure de Psychologie et Directrice du centre des études sur les

¹Bourget, A. *Embryons multiples Du bon côté du choix*, (Mars 2012), Centre hospitalier universitaire vaudois (CHUV), Lausanne, p 65, [Consulté le 18 Septembre 2025].

<https://www.chuv.ch/fileadmin/sites/umr/documents/dgo-umr-embryons-multiples.pdf>

² Barabinot, J. (4 Juillet 2024). *Séparés à la naissance, ces jumeaux se retrouvent 39 ans plus tard et réalisent qu'ils ont vécu la même vie sans le savoir*. [Consulté le 18 Septembre 2025].

<https://www.demotivateur.fr/insolite/separés-a-la-naissance-ces-jumeaux-se-retrouvent-39-ans-plus-tard-et-realisent-qu'ils-ont-vecu-une-vie-presque-similaire-39877>

jumeaux, à l'université publique de Californie, Fullerton³ ce qui prouve en quelque sorte son authenticité. Dans tous les cas, ces exemples nous démontrent que la gémellité illustre de manière très fiable comment la génétique et l'environnement interagissent pour façonner le comportement humain: si certains traits sont en grande partie déterminés par l'hérédité, d'autres se développent sous l'influence des expériences vécues. C'est pourquoi dans notre travail, nous nous sommes attardés sur l'influence de l'environnement, car il s'agit d'un élément clé de l'évolution de tout individu. De ce fait, en fonction de la manière dont ils interagissent avec des jumeaux, ces derniers peuvent éprouver des difficultés à se percevoir comme des individus distincts. Par exemple, lorsqu'ils communiquent avec d'autres personnes, il leur arrive fréquemment d'utiliser le pronom "nous" même lorsqu'ils parlent d'eux-mêmes, bien que l'autre soit absent. Dans cette optique, parvenir à se construire une identité propre, tout en gardant conscience de la richesse du lien gémellaire, peut être un vrai défi.

Les jumeaux ont été et sont toujours, pour les scientifiques comme pour la population lambda, un sujet de fascination. Comme le souligne Isabelle Lortholary, journaliste, dans un



article pour le journal *Le Figaro*: "Si les jumeaux nous fascinent, c'est parce qu'ils viennent au monde avec cette moitié idéale qui les complète, ce qui semble les dispenser de cette quête que tout être unique mène au cours de sa vie"⁴. Que ce soit pour les "vrais" ou les "faux" jumeaux, ils sont dès l'Antiquité à l'origine d'un grand intérêt. Nous pouvons percevoir cette curiosité à travers certaines figures mythologiques très connues comme Romulus et Rémus. Mais aussi dans les histoires et fictions modernes avec Luke Skywalker et la Princesse Leia dans *Star Wars* ou encore les frères Dupont et Dupond dans les aventures de Tintin⁵.

Les jumeaux sont depuis toujours représentés comme étant des êtres presque mystiques, dont la ressemblance physique est troublante. Mais si nous investiguons plus en profondeur, il devient alors possible de voir tout l'enjeu et la complexité qui se cache derrière la gémellité. Effectivement, malgré une génétique pratiquement identique, ce sont des individus distincts.

³Nom de l'ouvrage: *Born Together - Reared apart* écrit par Nancy Segal

⁴Barbé, S. (4 Avril 2022). *Avoir un jumeau, une force ou un obstacle à l'autonomie ?*. Le Figaro. [Consulté le 12 Juillet 2025]. <https://segolenebarbe.com/wp-content/uploads/2022/04/S.B-04.04.2022.pdf>

⁵Image : Dupond et Dupont, Personnages issus de la série BD *Tintin*, écrite par Hergé. <https://www.tintin.com/fr/characters/dupond-et-dupont>

Mais comment est-ce que deux individus ayant tout en commun peuvent parvenir à se différencier tout en respectant leur lien ? Dans notre travail, nous nous concentrons sur les vrais jumeaux⁶ et allons répondre à la question suivante :

Le fait d'avoir un jumeau constitue-t-il un frein à la construction d'une identité personnelle distincte ?

Afin de répondre à la problématique, nous avons mené une démarche de recherche qui s'appuie sur plusieurs types de sources. Nous avons tout d'abord effectué des recherches théoriques sur la psychologie du développement et sur la famille. Nous nous sommes également appuyés sur un entretien avec Isabelle Gattlen, une spécialiste de la parentalité et des jumeaux ainsi que sur le témoignage de huit personnes de notre entourage. Nous avons en plus fourni notre propre expérience de jumeau. Ces différentes sources nous ont permis de compléter les informations que nous avons trouvées et donc d'enrichir la recherche sur la construction identitaire des jumeaux.

Nous avons structuré notre travail en plusieurs parties. Tout d'abord, nous présentons de manière théorique les notions d'identité et d'identification, qui sont fondamentales à la bonne compréhension de notre travail. Nous abordons ensuite les éléments liés à l'environnement et plus particulièrement, dans un premier lieu, à l'éducation des parents. Cette partie peut en quelque sorte être interprétée comme une forme de "guide à la parentalité gémellaire", nous y traitons les questions de séparation, d'individualisation et des différentes étapes du développement cognitif chez les jumeaux. Puis, nous nous sommes concentrés sur deux comportements en particulier : la comparaison et la mise en compétition, car ils peuvent fortement influencer le lien gémellaire. Dans cette partie, nous avons distingué les enjeux propres aux parents et ceux liés aux personnes extérieures. Puis nous revenons sur quelques aspects plus théoriques tels que l'impact direct d'avoir un jumeau sur les capacités sociales et sur le langage et les différents types de relation les plus observées chez les jumeaux. Enfin, nous partageons notre propre expérience en tant que jumeaux et commentons les réponses de notre entourage par rapport à quelques questions liées à notre gémellité.

Nous nous sommes appuyés sur des recherches théoriques, les analyses de spécialistes et des témoignages de jumeaux afin de mieux saisir les multiples dimensions de cette problématique.

⁶Les vrais jumeaux sont des individus partageant environ 99,9 % de leur ADN, ce qui explique leur grande ressemblance physique.
<https://www.nationalgeographic.fr/sciences/biologie-genetique-recherche-les-vrais-jumeaux-peuvent-devenir-de-faux-jumeaux>

II. L'identité

Le concept d'identité

Afin de mieux comprendre ce qu'est une identité et comment elle se développe, il peut être utile d'observer ces définitions et d'en relever les points communs.

Définition 1 :

“L'identité est constituée par l'ensemble des caractéristiques et des attributs qui font qu'un individu ou un groupe se perçoivent comme une entité spécifique et qu'ils sont perçus comme tels par les autres. Ce concept doit être appréhendé à l'articulation de plusieurs instances sociales, qu'elles soient individuelles ou collectives.”⁷

Définition 2 :

“L'identité est une notion éminemment psychosociale. « Mon identité » renvoie au sentiment d'être, au sentiment d'unité et de cohérence de la personne, à ce qui la définit comme un être singulier, spécifique, unique, particulier, en définitive à ce qui lui est propre. Mais cette identité « ne peut lui venir que du dehors, c'est-à-dire de la société » (Héritier, 1979).”⁸

Ces deux définitions d'identité personnelle, bien que formulées différemment, convergent sur plusieurs éléments essentiels. Toutes deux soulignent que l'identité est propre à chaque individu ainsi que cette dernière est liée d'une certaine manière aux personnes extérieures et à la société. La seconde définition insiste particulièrement sur cet élément : la société et les interactions sociales façonnent et influencent le développement identitaire. Cela est très radicalement présenté car il est affirmé : “cette identité ne peut lui venir que du dehors”. Nous pouvons donc l'interpréter de la manière suivante : sans la société et les interactions extérieures, il n'y a pas vraiment d'identité. Les deux sont donc interdépendants, et leur lien représente un pilier central dans notre travail de maturité.

L'identification

Maintenant que nous savons qu'est ce que l'identité nous pouvons regarder comment elle se construit. Elle se développe à travers la répétition d'un mécanisme central, que l'on appelle l'identification. C'est en s'identifiant à l'entourage que l'enfant adopte progressivement sa façon d'être et de se comporter. Dans une configuration “classique”, c'est-à-dire en l'absence de frère ou soeur jumeau, ces identifications concernent principalement les parents. Mais dans le cas de jumeaux, la dynamique est particulière du au fait que l'enfant s'identifie non seulement à ses parents, mais aussi à son jumeau. En effet, ils partagent souvent un quotidien fort semblable dû au fait qu'ils vont à la même école et aux mêmes activités où ils partagent leurs amis. Cette proximité peut favoriser une forme de fusion dans

⁷George H. Mead, L'Esprit, le soi, et la société, Paris, puf, [1934], coll. « Le lien social », 2006.

⁸De Gaulejac, V. (2002). Identité. In J. Barus-Michel, E. Enriquez & A. Lévy (dir.). *Vocabulaire de psychosociologie, références et positions*. (p. 175). Citation comprenant également une référence à Françoise Héritier, anthropologue, ethnologue et militante féministe française.

les représentations de soi, dans le langage (usage fréquent du "nous") et même dans les souvenirs. Certains jumeaux, par exemple, peuvent répondre aux deux prénoms ou penser que c'est l'un qui a fait quelque chose alors qu'en réalité, c'est l'autre. Cette situation peut donc à la fois enrichir mais aussi complexifier la construction de l'identité.

Cependant, il est important de comprendre que ces comportements n'annoncent pas nécessairement une fragilité ou une pathologie chez les jumeaux. Au contraire, ils traduisent souvent une organisation psychique particulière, adaptée à une expérience de vie unique. Ils peuvent aussi refléter une autre manière de construire son identité, où le "Je" va de paire avec le "Nous". Le véritable enjeu n'est donc pas de déterminer si l'identité du jumeau est confondue ou fragilisée, mais de reconnaître qu'elle peut se construire selon une organisation différente — une identité qui intègre la présence de l'autre. Autrement dit, le rapport à soi se définit en relation avec le jumeau.

Désormais, nous pouvons observer quels sont les éléments qui ont un impact direct ou indirect dans le développement de l'identité.

III. L'importance de l'environnement

Afin de comprendre quel est l'impact de l'environnement sur la plan sociologique et identitaire des jumeaux, il faut tout d'abord saisir ce qu'il incarne.

L'environnement social représente l'ensemble des acteurs extérieurs ayant une influence sur un individu, sans que ce dernier en ait le contrôle. Malgré cela, la création d'identité personnelle est une étape primordiale dans la vie de tout individu, cela implique donc qu'ils ne font pas exception à la règle. L'enjeu est donc de favoriser l'individualisation des jumeaux afin qu'ils puissent évoluer de manière autonome, tout en gardant et en respectant leur lien.

De nombreux facteurs rentrent en compte afin de respecter cet équilibre. C'est pourquoi, nous allons examiner dans la partie suivante plusieurs paramètres capitaux pour le développement identitaire des jumeaux: l'éducation parentale, l'espace de vie, les relations sociales et les activités quotidiennes comme l'école par exemple.

Nous allons également souligner certains comportements très communs avec les jumeaux : la comparaison et la mise en compétition ainsi que l'impact de ces attitudes pour la psyché des jumeaux.

L'éducation des parents

Être parent de jumeaux est une expérience unique et enrichissante, mais qui demande aussi beaucoup d'investissement. Les parents gardent un rôle essentiel pour guider l'évolution de leurs enfants et, encore plus avec des jumeaux, ils influencent fortement la construction de leur identité. Avant même la naissance des jumeaux, les parents, selon leurs choix de prénoms par exemple, ont la possibilité d'influencer ces derniers dans leur individualisation.

La première difficulté pour les parents de jumeaux est qu'il faut s'occuper de deux enfants en même temps. Le temps nécessaire est donc très important, surtout quand les enfants sont encore très jeunes (environ 0 à 2 ans). Selon Erik Erikson, psychologue du développement humain, à cet âge-là ils ont un besoin constant de la présence de leurs parents. Ils sont donc totalement dépendants. Ainsi l'objectif principal est de répondre à leurs besoins de la façon la plus simple et la plus efficace possible.

Pour se simplifier la vie, les parents adoptent souvent un comportement appelé "gémellisation". Ce terme, utilisé dans la littérature sur la gémellité, désigne les situations où les jumeaux sont traités de la même manière, au même moment, comme s'ils ne formaient qu'une seule personne. Voici le point de vue d'Isabelle Sudre, présidente de la fédération Jumeaux et Plus, dans un témoignage pour le site *Parents* :

"Les parents de jumeaux savent combien il est difficile de s'occuper de jumeaux en bas âge, de leur accorder la même attention, les mêmes sollicitations. Par exemple, lorsque les deux enfants pleurent, c'est très compliqué de les considérer comme étant à la source de deux demandes distinctes et individuelles. Bien souvent, si l'un est changé, l'autre le sera aussi. Si l'un est nourri, l'autre le sera aussi."⁹ Une égalité parfaite n'est pas nécessaire et voire peut-être déconseillée, bien que ces situations restent difficiles à gérer. Tant que ces "situations miroirs" ne sont pas trop fréquentes et diminuent avec l'âge, elles ne posent en général pas de problème.

Quand les enfants grandissent, arrivent les choix liés à l'école et aux activités. Ce sont des décisions importantes, car elles peuvent impliquer une séparation physique, source d'inconnu et de nouveauté. Ces décisions doivent donc être prises avec précaution et idéalement de façon progressive. D'un autre côté c'est une mesure préconisée dans le cas d'un retard dans la construction identitaire. Isabelle Sudre confirme cette idée dans un témoignage : "La séparation physique n'est pas LA réponse au bon développement des jumeaux. C'est une action lourde de conséquences qui doit être bien pensée avant sa mise en œuvre et discutée avec les enfants."¹⁰

Une séparation trop forte ou extrême est inutile et insensée. Il ne faut pas chercher à "dégémelliser" les jumeaux, c'est-à-dire les dissocier dans le but qu'ils perdent leur identité gémellaire. Cela reviendrait à nier ce lien unique et très fort. Isabelle Gattlen, spécialiste en parentalité, met en garde contre une individualisation abusive : "Non, je trouverais dommage parce qu'ils perdraient la richesse justement de la gémellité [...] Le fait d'avoir un frère ou une sœur qui est présent dès le jour un, c'est une chose extraordinaire, ... il n'y aura jamais quelqu'un de plus complice."¹¹ Cela rejoint aussi l'idée du philosophe Platon : "Chacun

⁹Citation d'Isabelle Sudre, présidente de la Fédération Jumeaux et Plus pour le site internet Parents. Diego, C. (14 Octobre 2020). *Jumeaux : un développement différent des enfants uniques*. Parents. [Consulté le 3 Juin 2025]. <https://www.parents.fr/bebe/eveil-et-developpement/l-evolution-de-bebe/l-aider-a-grandir/jumeaux-un-developpement-different-des-enfants-uniques-13738>

¹⁰Citation d'Isabelle Sudre, présidente de la Fédération Jumeaux et Plus pour le site internet Parents. Diego, C. (14 Octobre 2020). *Jumeaux : un développement différent des enfants uniques*. Parents. [Consulté le 3 Juin 2025]. <https://www.parents.fr/bebe/eveil-et-developpement/l-evolution-de-bebe/l-aider-a-grandir/jumeaux-un-developpement-different-des-enfants-uniques-13738>

¹¹Entretien personnel avec Isabelle Gattlen, coach et consultante en parentalité, le 14 Mai 2025. Transcription de l'entretien en annexe.

cherche sa moitié"¹². Chez les jumeaux, vouloir séparer cette "moitié" avec laquelle ils sont nés, n'aurait que peu d'avantages.

La parentalité est avant tout un processus d'accompagnement pour des jumeaux. Le meilleur choix se fait toujours selon le principe suivant : observer puis s'adapter. S'en occuper demande donc beaucoup d'ajustements en fonction de l'âge des jumeaux et de leurs niveaux de développement. Comme le dit Isabelle Gattlen, coach en parentalité : «au fur et à mesure de la croissance des enfants, un vrai plus d'adaptation à ce que l'on voit est demandé»¹³. Cela montre l'importance d'un accompagnement progressif, attentif et personnalisé.

Les parents doivent cependant garder en tête que les jumeaux ont tendance dans la plupart des cas à se séparer de certains comportements très fusionnels de manière naturelle et instinctive. Lorsqu'ils atteignent un âge plus avancé, ils comprennent qu'ils sont limiteurs et s'en détachent progressivement.

Les étapes du développement cognitif chez les jumeaux

Les quatre étapes du développement cognitif chez les jumeaux, présentées ci-dessous, sont présentées dans plusieurs ressources d'aide à la parentalité. Elles permettent d'identifier les moments clés dans la construction de l'identité. Selon Jean Piaget, psychologue suisse cité dans de nombreux sites sur le sujet, c'est le «processus par lequel un enfant acquiert des connaissances logiques et une compréhension du monde qui l'entoure»¹⁴. Ce développement est lié à des capacités comme l'attention, la mémoire, la créativité ou la sociabilité. On peut donc dire que c'est une évolution progressive vers plus de maturité et d'autonomie.

Les principales étapes sont les suivantes :

1. La fusion (0 à 2 ans). Durant cette période, les enfants sont souvent traités comme une seule identité, autant par les parents que par les personnes extérieures. Cela s'explique surtout pour des raisons pratiques. Ce mode de relation n'empêche pas le développement de l'identité, mais peut parfois créer un léger retard vite rattrapé. À cet âge, les enfants n'ont pas encore conscience de leur individualité ni de leur environnement.
2. La complémentarité (2 à 6 ans). Les jumeaux commencent à se différencier et à construire leur personnalité, même s'ils restent très proches. Les parents jouent un rôle important en sollicitant chaque enfant tour à tour. Cela crée un apprentissage en alternance : l'un progresse, puis l'autre le rattrape, ce qui les aide à avancer

¹²Bonnamy, J-L. (14 Novembre 2017). *Platon : "Chacun cherche sa moitié"*. Le Point. [Consulté le 12 Août 2025]. https://www.lepoint.fr/culture/platon-chacun-cherche-sa-moitie-14-11-2017-2172357_3.php

¹³Entretien personnel avec Isabelle Gattlen, coach et consultante en parentalité, le 14 Mai 2025. Transcription de l'entretien en annexe.

¹⁴Académie Diderot. (s, d), *Le développement cognitif de l'enfant selon Jean Piaget*, Académie Diderot – Services éducatifs et pédagogiques, [Consulté le 23 Septembre 2025]. <https://www.academiediderot.com/post/d%C3%A9veloppement-cognitif>

ensemble tout en développant leur autonomie.

3. La première autonomie (6 à 7 ans). C'est l'âge où les jumeaux font des choix différents, comme les activités scolaires ou extrascolaires. Le site *Parents.fr* décrit cette période comme celle où les enfants commencent à être sollicités individuellement et non plus comme un duo. Cette étape peut être difficile pour les parents, qui doivent décider jusqu'où aller dans la séparation.
4. La seconde autonomisation (dès 12-13 ans). À l'adolescence, les personnalités et les identités s'affirment clairement. Les jumeaux deviennent indépendants dans leurs choix, même si leur lien reste fort. C'est aussi le moment où apparaissent les premières relations affectives en dehors du duo.

Comparaison et compétition

Tout comparer et tout mettre en compétition est aujourd'hui devenu la normalité. Le monde, devenu de plus en plus connecté, rend très facile l'accès à des centaines de sites qui comparent tout : des lieux de vacances jusqu'au physique des individus. Les réseaux sociaux sont les grands gagnants dans cette catégorie, occupant une place conséquente dans nos vies. Nous sommes donc encore plus enclins qu'auparavant à nous comparer nous-mêmes, mais aussi à comparer et juger ce que nous voyons.

Comparer et mettre en compétition sont des réflexes que l'on utilise pour se rassurer ou pour évaluer plus clairement les bons et les mauvais côtés d'une situation, afin de prendre une décision. Ce sont des comportements naturels et parfois utiles, mais dans le cas des jumeaux, ces comparaisons peuvent avoir des conséquences négatives.

Tout individu est façonné par les expériences qu'il vit au quotidien, et la plupart de ces expériences impliquent des personnes extérieures à soi-même. En effet, les jumeaux interagissent avec leurs parents au-delà d'une simple relation éducative, et, dans le cas de familles plus nombreuses, avec leurs frères et sœurs. Mais pas seulement ! Nos journées sont rythmées par des interactions avec une multitude de personnes différentes, telles que les amis ou les collègues.

L'environnement a un enjeu encore plus grand pour les enfants ayant un jumeau, car dans leur cas l'individualisation n'est pas forcément naturelle. C'est pour cette raison que la comparaison et la mise en compétition sont à éviter.

Comparaison et compétition – les parents

Comme déjà mentionné dans les parties précédentes, être parent de jumeaux et responsables de leur éducation est quelque chose de particulier et parfois déroutant. Il est naturel et sain de souhaiter le meilleur pour ses enfants : qu'ils se développent pleinement, qu'ils soient épanouis, qu'ils apprennent à parler, marcher, être gentils, et bien plus encore. Cependant, lorsqu'il s'agit de jumeaux, il est important de rester vigilant et de ne pas les

considérer comme un tout indissociable. Chaque jumeau est un individu à part entière, avec son propre rythme, ses besoins et sa personnalité. Comme le raconte une mère de jumelles dans un blog spécialisé : “il est facile de s’inquiéter par rapport au développement quand on a des jumeaux”.¹⁵

Isabelle Gattlen illustre ce problème : elle explique que les parents viennent souvent la consulter, non pas pour des soucis d’identité, mais pour des questions liées à l’éducation. Toutefois, derrière cette éducation, apparaissent des attentes. Parfois, ces attentes mènent à des comparaisons du type : “l’un se comporte bien, l’autre non” ou “l’un réussit mieux que l’autre”. Elle souligne que ces comparaisons créent l’impression que l’enfant en difficulté est “en faute”. Or, ce n’est pas en comparant qu’on aide les enfants.

Les comparaisons parentales partent souvent d’intentions positives, mais elles ont des répercussions sur l’identité et la confiance en soi, surtout pour le jumeau perçu comme “moins capable”. Les parents doivent donc chercher un équilibre entre différenciation et similitude. D’autant que leurs comportements – habiller les enfants de la même manière, ne pas les appeler par leurs prénoms – sont observés et reproduits par l’entourage, renforçant ainsi l’idée que les jumeaux ne forment qu’un seul bloc.

Il apparaît donc clairement qu’il est capital de les distinguer - par des éléments simples tels que des différences dans la coupe de cheveux, le style vestimentaire, et bien plus. Le but est qu’ils aient une différence notable, permettant aux personnes extérieures de reconnaître chacun comme un individu à part entière. Cela favorise ensuite le développement plus direct d’identités distinctes, étant donné que chaque jumeau aura en quelque sorte un élément propre à lui-même, une sorte de signature personnelle.

Comparaison et compétition – les personnes extérieures

Lorsque nous nous intéressons aux personnes extérieures (famille éloignée, voisins, amis, inconnus) l’enjeu est similaire. Leurs comparaisons sont rarement malveillantes : souvent des plaisanteries ou des questions innocentes. Pourtant, les conséquences existent, car l’attachement moins fort aux enfants conduit ces personnes à sous-estimer encore davantage l’impact de leurs propos.

Les comparaisons sont très courantes. Nous-mêmes avons entendu bien souvent des questions de type : “qui est le plus intelligent ?”, “qui s’habille mieux ?”, “qui est le plus fort à... ?”. Ces remarques, si elles s’ajoutent à celles des parents, renforcent encore l’idée que les jumeaux sont en compétition.

Un lieu où les comparaisons sont particulièrement renforcées est l’école. Le parcours scolaire accompagne toutes les étapes du développement des jumeaux, ce qui rend l’expérience qui s’y joue déterminante. Le système lui-même favorise ces comparaisons, à travers les évaluations, les notes ou encore les classements. En France, il existe une règle

¹⁵mylene2 [pseud.]. (21 Mars 2013). *JUMEAUX ET COMPARAISON*. Blog Simplement 2. [Consulté le 10 Septembre 2025]. <https://simplement2.com/2013/03/21/jumeaux-et-comparaison/>

qui encadre la scolarisation des jumeaux¹⁶ : la séparation n'est pas systématique et ne peut pas être imposée par la direction contre l'avis des parents, sauf si la solution proposée par ces derniers entraîne des difficultés avérées de fonctionnement. Dans la pratique, les établissements ont toutefois tendance à séparer les jumeaux, souvent pour prévenir d'éventuels conflits et encourager leur ouverture sociale, en les aidant à construire des relations indépendantes du duo. Dans notre cas personnel, lorsque nous étions en école primaire en France, nos parents avaient demandé que nous restions ensemble dans la même classe. Cette demande avait été refusée par l'établissement, ce qui illustre bien la tendance des écoles à privilégier la séparation, même lorsque les parents s'y opposent.

Lors d'une émission de la RTS¹⁷ Martine, une jumelle, a raconté sa frustration d'être appelée "juju" au lieu de son prénom. Elle explique que le jour où on l'a appelée "Martine", cela a été un moment très fort et émotionnel, car elle s'est sentie exister en tant qu'individu. Ce témoignage, qui pourrait sembler exagéré à première vue, montre pourtant combien les comparaisons et la négation de l'identité peuvent peser sur les jumeaux à différents degrés. Un autre exemple est celui de Margot et Mathilde. Les comparaisons scolaires étaient omniprésentes. Mathilde, plus à l'aise, le vivait bien, mais Margot ressentait un profond sentiment d'infériorité. Elle voulait trouver sa place, mais avait parfois besoin de s'éloigner de sa sœur pour "respirer". Ce mal-être a été synonyme de conflits, alors qu'elle aurait souhaité s'affirmer sans avoir besoin de rejeter sa sœur.

Comparaison et Compétition – Impact psychologique

Nous savons donc que les comparaisons peuvent venir de partout et affectent particulièrement les jumeaux, selon leur fréquence et leur intensité. Même lorsqu'elles sont formulées sur un ton léger, il est difficile de savoir comment elles seront interprétées. Les jumeaux, souvent considérés comme deux moitiés d'une même entité, cherchent alors à se différencier en s'opposant, au risque de fragiliser leur relation. Dans certains cas, cela peut être encore plus grave si l'un des jumeaux est perçu comme "inférieur". Ces comparaisons répétées peuvent même transformer une relation gémellaire en jalousie ou en haine, jusqu'à la rupture de celle-ci.

Ainsi, en fonction de leur fréquence et de leur intensité, ces comportements peuvent avoir des conséquences particulièrement lourdes sur le moral des jumeaux, et par extension sur la solidité de leur relation.

¹⁶ L'article 2 du décret n° 89-122 du 6 septembre 1989 relatif aux directeurs d'école dispose que le directeur d'école

¹⁷ RTS - Radio Télévision Suisse. (2021, 20 Janvier). *Jumeaux: pareils ou différents - Dans la tête d'un jumeau*. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=uNyvuy-5Kjk>

IV. Impact direct d'avoir un jumeau sur les capacités sociales et le langage

Le fait d'avoir un jumeau est un aspect qui, indépendamment des autres facteurs extérieurs, peut avoir un impact sur les capacités sociales. Dans un article de René Zazzo¹⁸, psychologue et pédagogue français reconnu pour ses travaux sur l'enfance et la jumeauté, cela a été démontré à l'aide de nombreux tests effectués sur des jumeaux dans la première enfance et de tous les milieux sociaux. On s'est alors rendu compte qu'en moyenne, certains traits chez les jumeaux étaient légèrement moins développés que chez les autres enfants n'ayant pas de jumeau et évoluant dans le même milieu. En effet, ils se sont rendu compte que les jumeaux étaient tout autant capables que les non-jumeaux lorsque l'on mesurait leurs capacités sensori-motrices. Cependant, lorsque leur capacité de langage a été testée, un léger retard a été observé. Celui-ci tend même à s'amplifier lorsqu'ils passent des tests vérifiant leurs compétences sociales. Du moins, cela semble moins spontané chez eux lorsqu'ils sont de jeunes enfants. Cependant, cet écart ne prédit en rien leur comportement à l'âge adulte. Il s'agit simplement d'une tendance observée chez de jeunes enfants issus de grossesses gémellaires et cet écart se comble quasiment toujours lorsqu'ils grandissent. Les écarts se combinent souvent au fur et à mesure que chacun des jumeaux développe ses expériences sociales notamment en lieu scolaire.

Et si nous nous concentrons sur le retard au niveau du langage, nous pouvons observer que les jumeaux ont un risque de retard de langage plus important par rapport aux enfants uniques ou qui ne sont pas issus de grossesses gémellaires. Ce phénomène concerne surtout les jumeaux monozygotes, qui sont plus nombreux à montrer une émergence tardive du langage que les jumeaux dizygotes ou encore que les enfants uniques. Dans la majorité des cas, ce retard finit par être compensé au fil des années.

On observe aussi, chez certains couples de jumeaux, l'apparition d'un langage particulier appelé "cryptophasie". Ce n'est pas le couple qui crée une nouvelle langue, mais plutôt une déformation du langage renforcée par leurs échanges constants. Bien que ce langage secret disparaît généralement avant trois ans, il illustre bien la manière avec laquelle la relation gémellaire peut influencer et parfois compliquer le processus d'apprentissage du langage.

La façon dont un enfant apprend à communiquer et à interagir influence fortement la manière avec laquelle il se perçoit et se distingue des autres. Chez les jumeaux, un retard de langage ou des particularités comme la cryptophasie renforcent l'idée d'une bulle qui englobe les jumeaux. Ce qui peut compliquer leur différenciation et la création de leur identité.

¹⁸ Chiland Colette. René Zazzo. — *Les jumeaux, le couple et la personne*. Deux volumes aux P. U. F. 1960 (Thèses complémentaire et principale pour le Doctorat ès-Lettres). In: *Bulletin de psychologie*, tome 15 n°198, 1961. (pp. 135-141). www.persee.fr/doc/bupsy_0007-4403_1961_num_15_198_9442

V. Différents types de relation

Il n'est pas rare que, dès la naissance ou dans la petite enfance, les jumeaux présentent de petites différences, par exemple dans le poids, la force, la taille ou encore la vitesse de développement. En fonction de ces facteurs et l'éducation des parents on observe généralement trois grands types de relations gémellaires.

Relation fusionnelle

La « relation fusionnelle » est un type de rapport marqué par l'interdépendance. D'un point de vue sociologique, le terme fusionnel désigne une relation entre deux personnes qui ne peuvent pas se passer l'une de l'autre sans en souffrir.¹⁹ Adaptée au cas des jumeaux, cette définition illustre bien leur lien : ils ressentent un besoin constant d'être ensemble, et une séparation peut être très mal vécue.

Ce type de relation apparaît souvent quand les jumeaux ont des difficultés à se différencier, parfois dès l'enfance. Cela peut être lié à une éducation où la différenciation n'a pas été assez encouragée ou encore à des événements marquants qui les ont poussés à se rapprocher. Dans ce type de lien, chacun des jumeaux se considère comme une moitié, et ne se sent complet que lorsqu'il est avec son jumeau.

La relation fusionnelle peut conduire à une forme d'autosuffisance, car les jumeaux se trouvant dans ce cas de figure comptent uniquement l'un sur l'autre. Par conséquent, ils ont plus de mal à créer des liens amicaux, amoureux ou professionnels puisque cela implique de se séparer. Cela peut poser des difficultés, mais rien n'empêche une évolution positive si chacun trouve peu à peu son espace personnel.

Un exemple est celui rapporté par Fabrice Bak dans *Le Figaro* : Christophe, 34 ans, s'est séparé de sa compagne après la naissance de leur enfant, car celle-ci prenait toutes ses décisions avec sa sœur jumelle, laissant peu de place au père. Autre cas: lors d'un documentaire de la RTS, Letizia, la sœur jumelle de Tiziana²⁰, a ressenti une énorme colère et même de la haine lorsque sa sœur a rencontré son futur mari. Elle avait l'impression de «perdre sa moitié» et a vécu cette séparation comme un deuil. Cela montre à quel point une relation fusionnelle peut fragiliser l'individualité.

En résumé, la relation fusionnelle correspond à une dépendance affective très forte, une réticence à se mélanger avec les autres ainsi qu'une grande peur de perdre son jumeau.

¹⁹D'après la définition du mot "Fusionnel" dans le Dictionnaire *Linternaute*, [en ligne], [consulté le 2 Août 2025].
<https://www.linternaute.fr/dictionnaire/fr/definition/fusionnel/>,

²⁰RTS - Radio Télévision Suisse. (2021, 20 Janvier). *Jumeaux: pareils ou différents - Dans la tête d'un jumeau*. Youtube.
<https://www.youtube.com/watch?v=uNyvuy-5Kjk>

Relation effet de couple

La relation effet de couple partage de nombreuses similitudes avec la relation fusionnelle, mais s'en distingue par la nature du lien. Effectivement, les jumeaux vivant dans ce type de relation sont assez dépendant l'un de l'autre, seulement c'est une dépendance fonctionnelle et moins émotionnelle. La personnalité de chacun des jumeaux se construit en fonction de l'autre, ils deviennent complémentaires. Cela veut dire que chacun développe des qualités précises qui s'ajoutent à celles de son jumeau. Ce phénomène peut se traduire par un des jumeaux faisant office de porte parole, ou encore de protecteur, prenant naturellement le rôle de celui qui veille sur l'autre. Cette complémentarité peut poser problème: seule, chaque personne peut avoir du mal à agir, puisqu'elle s'appuie d'habitude sur l'autre pour compenser ses propres faiblesses. C'est un comportement assez normal pour les jumeaux qui ont entre 2 et 6 ans.

Relation dominant-dominé

La relation dominant-dominé, comme son nom l'indique, est un type de relation où il est possible de voir l'apparition d'un «leader» tandis que l'autre subit ou suit. Le dominant a souvent une personnalité plus marquée et prend les décisions, alors que le dominé se contente d'accompagner. Ce modèle est plus fréquent chez les faux-jumeaux (surtout de sex opposé), mais il peut aussi exister chez les vrais jumeaux.

Toutefois, ce type de relation peut parfois générer des tensions, surtout si le jumeau dominé n'accepte pas sa position. De manière générale, on observe que les jumeaux concernés ont tendance à tout faire ensemble, puisque l'un suit naturellement l'autre. La résultante de ce type de relation est un déséquilibre au niveau de l'autonomie, par exemple, l'un des jumeaux n'arrive pas à créer par lui-même des liens avec autrui.

En conclusion, ces trois modèles – fusionnel, dominant-dominé et effet de couple – permettent de mieux comprendre les grandes dynamiques observées chez les jumeaux. Mais il est important de rappeler qu'il s'agit de catégories théoriques : dans la réalité, chaque relation peut être un mélange de ces modèles ou prendre une forme complètement différente. Dans son livre *les jumeaux dans tous leurs états*, Fernand Leroy, professeur de gynécologie et d'obstétrique à l'Université de Bruxelles²¹ ainsi que père de jumelles, a un point de vue particulièrement intéressant, établissant un lien direct entre les types de relations et l'environnement. Il souligne, après avoir interrogé un grand nombre de couples gémeaux que: "près de 80 % admettent l'existence d'une relation dominant/ dominé entre eux". Quelques lignes plus loin il pose la question suivante: "Pourtant cette classification arbitraire et binaire n'est-elle pas tout simplement le résultat du regard d'autrui, du regard des non-jumeaux ?". Fernand Leroy met en lumière l'idée que les regards extérieurs

²¹ Cité par Decamp, M. (2019), dans *Jumeaux, la fascination en double : idées reçues sur la gémeauté*, Le cavalier bleu (Edition), p. 103.

influencent fortement l'identification des jumeaux en tant que paire, car ils ont tendance à attribuer des étiquettes à chacun d'entre eux -l'un perçu comme le meneur, l'autre comme le plus réservé-. Les jumeaux vont ensuite finir par l'accepter puis endosser ces rôles de manière inconsciente. C'est ici la tendance à toujours vouloir classer les jumeaux qui pose problème et qui peut déteindre sur l'identité des jumeaux.

Après avoir étudié de nombreux aspects théoriques liés à la gémellité, nous allons maintenant les confronter avec notre propre expérience.

VI. Notre témoignage

Comme dit dans l'introduction, nous sommes nous-mêmes des jumeaux monozygotes, nous avons donc jugé pertinent d'inclure notre propre expérience dans le TM tout en gardant un esprit critique qui permet de le lier à notre travail. Être jumeaux c'est vivre dans une proximité constante, nous passons pratiquement tout notre temps ensemble et nous n'avons jamais été séparés plus d'une journée. Par conséquent, nous sommes très proches et nous nous comprenons presque parfaitement. À la maison, nous partageons la même chambre et, à l'extérieur, nous pratiquons aussi les mêmes activités, comme notamment le tennis qui occupe une place importante dans notre quotidien.

La présence presque constante de l'autre a influencé notre manière de nous exprimer : nous utilisons souvent le pronom "nous", même lorsque nous ne sommes pas ensemble. Ce réflexe de langage illustre bien la manière avec laquelle notre identité s'est exprimée et s'exprime encore à travers le collectif plutôt que l'individuel. Cet automatisme montre bien la place centrale qu'occupe notre gémellité dans nos identités respectives. Cela vient du fait que nous sommes pratiquement toujours ensemble lors des conversations et nous avons donc pris l'habitude de parler au nom de l'autre.

Nous avons été, et sommes toujours, comparés et mis en compétition, aussi bien à l'école qu'au tennis que nous pratiquons les deux à un niveau compétitif. Des questions comme : "Qui est le meilleur ?" ou "Qui est le plus intelligent ?" nous ont souvent été posées. Ces comparaisons, nous les avons vécues comme une mise en compétition constante qui a renforcé et engendré une rivalité pas toujours saine. De ce fait, vers dix ou onze ans, une compétition malsaine s'était installée entre nous dans le sport. Nous ne supportions pas que l'un soit meilleur que l'autre, ce qui a créé de nombreuses tensions qui ont maintenant disparu. Lorsque l'on nous demande aujourd'hui qui est le meilleur nous répondons toujours que personne n'est meilleur que l'autre et les tensions d'il y a quelques années se sont transformées en compétition saine. De plus, notamment grâce à ce travail, nous avons réalisé que cette période de tension faisait partie du processus de différenciation. Pour exister en tant qu'individus nous devons apprendre à respecter nos différences et écarts.

Nos parents considèrent notre gémellité comme une grande force et ont choisi de ne pas trop nous séparer afin que nous puissions construire et renforcer ce lien. Lorsque nous

étions plus jeunes, nous avions du mal à nous séparer, nous nous suffisions à nous-mêmes et pensions ne pas avoir besoin de quelqu'un d'autre. Notre relation se rapprochait alors du type fusionnel²², d'une relation avec une dépendance affective très forte et avec une grande



difficulté à se détacher de l'autre. Avec le temps, elle a évolué et a commencé à ressembler davantage à l'effet de couple²³ qui est donc une relation avec une dépendance moins prononcée avec une certaine complémentarité dans les capacités. Puisque nous arrivons aujourd'hui à mieux nous distinguer et la complémentarité entre nous est clairement visible. Nous la remarquons chaque jour : à l'école comme au tennis, nous sommes plus à l'aise dans des domaines différents qui se renforcent mutuellement. Par exemple, au tennis, l'un est meilleur en revers et l'autre en coup droit. Chacun de nous possède ses forces et ses faiblesses, c'est donc en étant ensemble que nous parvenons à donner le meilleur de nous-mêmes, car nous nous complétons.

Cette idée nous évoque le film *Les Prodigieuses* réalisé par Valentin Potier et Frédéric Potier, qui raconte l'histoire de Claire et Jeanne Vallois, deux jumelles aux caractères assez différents mais unis par une même passion: le piano. Elles développent toutes les deux une maladie les empêchant de jouer du piano librement. Après maintes réflexions et beaucoup de doute, elles trouvent la solution suivante : elles jouent les morceaux qui se jouent normalement seul, ensemble. Elles unissent leurs forces et parviennent à poursuivre le piano malgré les obstacles. Bien que le film présente un exemple assez extrême, nous avons quand même pu nous identifier aux personnages et faire un parallèle avec la manière dont nous nous complétons au tennis.

Un élément qui nous a fait réfléchir est leur recherche d'égalité, lorsque l'une a d'abord développé la maladie, l'autre a suivi peu de temps après. Cela peut sans doute s'expliquer médicalement, mais on y perçoit aussi une forme de compassion et un profond désir d'être ensemble, sur un même pied d'égalité. Nous-mêmes, dans le tennis, avons mis en place ce système, probablement inconsciemment. Ce souci constant du bien-être de l'autre, de ne pas le voir découragé a fait qu'au tennis nous n'avons jamais eu de véritables écarts de niveau. Quand un de nous était plus en forme pendant une certaine période, l'autre l'était moins. Puis peu de temps après, les rôles s'inversaient. On peut donc nous demander si nous avons mis en place un mécanisme de sabotage personnel inconscient afin que notre relation soit la plus équilibrée possible, qu'il n'y ait jamais un au-dessus de l'autre. Voici un exemple plus concret: lors de la course de l'escalade en décembre 2025. Nous avons couru pratiquement toute la course séparément, ce qui veut dire que l'un était devant (donc

²² Relation fusionnelle : dépendance affective très forte envers son jumeau pouvant amener un mal-être dans le cas d'une séparation. (voir partie différents types de relation - pp13-14)

²³ Relation effet de couple : dépendance affective couplée à une à une complémentarité dans les capacités. (voir partie différents types de relation - p 14)

“meilleur”) l'autre. Mais à la toute fin, sur le sprint final, celui qui était devant a fortement ralenti et nous avons franchi la ligne d'arrivée pratiquement en même temps. Nous avons fini 106ème et 107ème, avec moins d'une seconde d'écart entre nos chronos, ce qui est presque comique, mais aussi révélateur de notre équilibre constant. Nous faisons vraiment attention à ce que l'autre peut penser et ressentir, bien plus que dans nos relations avec d'autres personnes.

Le fait d'avoir un jumeau nous aide également à nous structurer et à nous motiver, car nous fonctionnons comme une équipe soudée. Nous avons ce profond désir de réussir ensemble. Cette relation nous apporte donc beaucoup et nous influence de manière très positive.

En travaillant sur ce Travail de Maturité, nous avons pris conscience que notre relation a beaucoup évolué au fil du temps. Nous ne savons pas vraiment à quel point nous sommes dépendants de la présence de l'autre, puisque nous n'avons jamais été séparés bien longtemps. Mais le fait de vouloir faire les mêmes études universitaires dans la même université montre bien que nos chemins ne vont pas se dissocier avant un moment. Nous savons toutefois que la question de la séparation se posera un jour. Nous ne savons pas comment nous réagirons quand nous serons confrontés à l'absence de l'autre qui est présent depuis le tout début mais nous nous servons au maximum de cet appui qu'est la gemellité.

VII. Questions entourage

Nous avons interrogé 7 personnes faisant partie de notre entourage, de notre famille et de nos amis, afin de comprendre comment notre gemellité influence la manière dont les autres nous perçoivent et interagissent avec nous. Ces entretiens offrent un regard extérieur sur la gemellité, qui complète notre propre témoignage. Les réponses se révélèrent être riches et variées. Certaines questions ont recueilli des réponses unanimes tandis que d'autres mettaient en évidence des avis plus partagés. Nous avons posé cinq questions en lien avec notre problématique puis nous avons paraphrasé les réponses afin d'en dégager les idées principales.

1. Penses-tu que le fait que nous soyons jumeaux influence la relation que tu as avec chacun de nous ?

Les huit personnes que nous avons interrogées reconnaissent l'influence de notre gemellité dans la manière d'interagir avec nous et ce surtout au début. Ils disent que cela facilite le contact, crée une certaine proximité qui donne le sentiment qu'il suffit de connaître l'un pour avoir le sentiment de comprendre l'autre. Mais ils sont également d'accord qu'au fil du temps, quand elles apprennent à nous connaître, chacun parvient à construire une relation distincte avec l'un et l'autre. Ainsi, la gemellité a donc une certaine influence mais elle a tendance à diminuer avec la proximité et le temps.

2. As-tu tendance à nous voir comme un duo ou comme deux personnes bien distinctes ?

Tous les témoignages évoquent une évolution de la perception. Nous sommes d'abord perçus comme un duo indissociable, puis progressivement comme deux personnes distinctes. Cette transition s'explique par le fait que les distinctions dans nos caractères deviennent visibles à mesure que la relation se développe. Le fait que nous sommes pratiquement toujours ensemble, que ce soit à l'école ou au tennis, imprime dans les esprits que nous sommes inséparables. Ce qui peut rendre plus difficile ce processus d'être vu comme deux individus et renvoie à la problématique de se faire percevoir comme deux personnes.

3. Quand tu nous invites ou que tu penses à nous pour une activité (par exemple un anniversaire), invites-tu spontanément les deux ?

La grande majorité des personnes s'accordent pour dire qu'elles nous incluent spontanément les deux. Bien qu'elles assimilent que nous sommes deux individus distincts, il leur semble étrange de séparer des jumeaux. Certains ont évoqué la crainte de créer de la jalousie entre nous, d'autres évoquent simplement une habitude, puisque nous sommes très souvent ensemble, il semble naturel de nous inviter tous les deux. Cela montre également que la gémellité peut influencer de manière inconsciente les comportements sociaux à travers les idées reçues. Ce type de comportement nous montre donc la difficulté que peuvent avoir les proches à voir deux individus distincts derrière une relation de couple. De couple parce que non seulement nous avons une relation qui s'apparente à l'effet de couple mais également parce que c'est le même phénomène derrière les couples en général.

4. Selon toi, être jumeaux est plutôt une force ou une difficulté dans les relations avec les autres ?

Pour cette question, les avis sont partagés. Certains pensent que le fait d'être des jumeaux nous aide, d'autres le voient comme un obstacle. C'est perçu comme une force dans les nouvelles situations, car cela nous procure un sentiment de sécurité et de soutien mutuel. Cependant, beaucoup pensent que notre gémellité peut freiner la création de liens proches et personnels avec les autres, puisque nous avons déjà un lien très fort entre nous. Ce lien nous serait autosuffisant et nous empêcherait donc d'aller chercher de nouveaux liens forts. Cette situation nous renvoie à une des problématiques de notre travail : la difficulté pour les jumeaux d'exister pleinement en dehors de leur relation privilégiée.

5. Selon toi, nos caractères sont-ils plutôt similaires, différents ou complémentaires ?

Tout le monde a souligné que nous avons des caractères différents mais qui se complètent. Ils affirment que nous partageons des valeurs communes au niveau de nos goûts ou de nos intérêts mais que nous restons différents à leurs yeux. En effet, plusieurs ont d'ailleurs remarqué que nous avons des différences au niveau du tempérament, l'un est plus extraverti et l'autre est plus introverti et que, par conséquent, nous nous complétons. Cette complémentarité est un phénomène qui renforce notre relation, chacun compensant les traits de l'autre. Ce constat est une bonne manière d'illustrer comment deux individus au sein d'une relation gémellaire forte, sans pour autant effacer les personnalités et différences de chacun.

Ces témoignages nous ont permis de mieux comprendre la façon dont notre jumeauté est perçue par notre entourage. Ils nous ont appris que la perception que l'on a des jumeaux évolue avec le temps et la proximité. Nous sommes vus au départ comme un tout puis progressivement comme deux individus. Ils montrent également que la jumeauté peut être un atout comme un frein selon le point de vue et la situation. Nous avons aussi compris que nous restons un pack dans la vision des gens et qu'il semble étrange quand nous ne sommes pas ensemble. Finalement, la vision de notre entourage rejoint les réflexions développées dans notre travail. Être jumeau c'est partager un lien très fort et unique mais tout en apprenant à se distinguer et à s'affirmer comme deux individus à part entière.

VIII. Conclusion Finale

La question que nous avons abordée est : Le fait d'avoir un jumeau constitue-t-il un frein à la construction d'une identité personnelle distincte ?

Tout au long de notre travail de recherche, nous avons exploré de nombreux thèmes et sujets en lien avec la jumeauté. Plus précisément les thèmes du développement identitaire, de l'identification, de la différenciation et de l'individualité chez les jumeaux monozygotes. Ce sujet, objet de fascination pour un grand nombre de personnes et de cultures, est cependant toujours flou et soulève de nombreuses interrogations encore aujourd'hui. Il reste cependant de nombreuses croyances erronées à propos des jumeaux et de la jumeauté. Ces convictions ont pour conséquence, dans certains cas, de négliger le fait que les jumeaux sont des individus distincts qui partagent de nombreuses similitudes.

Nous avons également rencontré différents types de relations entre jumeaux. Ces relations peuvent être fusionnelles, avec un rapport dominant-dominé ou avec effet de couple. Celles-ci ont des conséquences directes de l'identification identitaire des jumeaux et de la manière dont cette dernière s'est développée au cours de leurs vies. Il faut cependant bien garder en tête que ces relations ne sont pas figées, et qu'elles peuvent varier au cours du développement du couple jumeau. Il est donc important de ne pas catégoriser les jumeaux, mais de les aider et les accompagner, en respectant leurs rythmes et leurs besoins spécifiques.

Nous sommes donc arrivés à la conclusion suivante :

La construction identitaire chez les jumeaux est une des plus grandes difficultés auxquelles ils sont confrontés, et cela pour de nombreuses raisons. Tout d'abord, ils doivent réussir à se détacher de l'étiquette de duo qui leur est donnée par le monde extérieur, mais pas uniquement, car les jumeaux eux-mêmes peuvent parfois se sentir très proches et comme une sorte de pair. Effectivement, la manière dont s'identifient les jumeaux est fortement influencée par l'éducation des parents, l'environnement familial, de manière plus simple, les interactions avec tout individu, mais aussi les normes sociales et les attentes autant familiales que sociétales. Donc ce n'est pas vraiment la jumeauté qui est un frein à

l'identification. C'est plutôt la manière avec laquelle elle est traitée et comment ils sont vus par les autres (parents, amis ...) qui va fortement influencer la différenciation.

Le rôle des parents et de l'ensemble des personnes ayant des interactions avec des jumeaux est donc crucial. Plutôt que de vouloir effacer leur lien gémellaire, l'essentiel est de favoriser une individualisation saine. La gémellité peut être une grande force, surtout lorsque les jumeaux ont bien pris conscience de leurs individualités.

VIII. Bilan Personnel

Ce travail de maturité nous a permis d'acquérir de nombreuses connaissances, aussi bien sur le thème de la gémellité et de l'identité, que sur la manière de rédiger un texte, de faire des recherches et même d'interviewer. Ce travail nous a poussé à développer notre esprit critique, et à chercher des solutions lorsque nous nous trouvions face à une impasse. En effet, au départ de notre travail, nous avons beaucoup de mal à trouver des sources et étions assez dubitatifs sur la marche à suivre, mais au fil du temps, nous avons gagné en confiance et en assurance ce qui nous a permis d'avancer de bon train sur notre travail. Bien qu'en nous rapprochant de la fin nous nous soyons retrouvés bloqués et avons eu beaucoup de mal à trouver la manière de développer notre travail (surtout qu'il nous manquait plus de 1000 mots). Nous tenons donc à remercier notre professeure accompagnante, Madame ROWE, qui a été très à l'écoute et réactive tout au long de l'évolution de notre travail. Elle a toujours été très ouverte à nos idées et nous à donner des pistes lorsque nous étions bloqués. Ce témoignage d'intérêt pour notre travail nous a poussé à donner le meilleur de nous-mêmes. Nous sommes, de plus, très reconnaissants envers Isabelle Gattlen, qui nous a donné la chance de lui poser quelques questions, ce qui a vraiment été l'un des éléments déclencheurs de notre travail.

Nous souhaitons aussi nous féliciter mutuellement pour avoir su travailler ensemble et prendre en compte nos différents points de vue.

Afin d'aller plus loin dans notre travail et de poursuivre la réflexion, nous aurions pu comparer nos observations avec le cas des faux jumeaux. Cela nous aurait permis d'avoir une vision plus globale sur le thème de la gémellité.

Interviewer d'autres jumeaux ainsi que d'autres personnes en contact avec ces derniers (parents, enseignants, frères et sœurs, spécialistes ...). Cela aurait pu enrichir notre étude et ajouter une touche plus personnelle ainsi qu'une dimension comparative supplémentaire.

Il est aussi possible que nous ayons interprété certaines informations différemment. En effet, étant nous-mêmes des jumeaux, nous avons été très impliqués et sensibles au sujet. Cet intérêt personnel nous a parfois poussés à percevoir les choses de manière plus subjective. Cependant, nous avons fait de notre mieux pour conserver une approche aussi neutre que possible.

IX. Bibliographie

1. Bases théoriques et identité

De Gaulejac, V. (2002). Identité. In J. Barus-Michel, E. Enriquez & A. Lévy (dir.). Vocabulaire de psychosociologie, références et positions. (pp. 174-180). Érés.
https://www.unige.ch/fapse/SSE/teachers/cifali/cours/Vocabulaire_psychosociologie/identite_degaulejac.pdf

Diego Torraca. (2022, 19 Septembre). Le processus de construction identitaire. [Consulté le 3 Juin 2025]. <https://www.linkup-coaching.com/blog/construction-identitaire/>

Josse, D., & Robin, M. (1990). La prénomination des jumeaux : effet de couple, effet de mode ? *Enfance*, 251-261. <https://doi.org/10.3406/enfan.1990.1947>

Cambier Anne, Bernard N., Colombie M. Le concept de complémentarité gémellaire. L'analyse clinique des dessins d'un couple de jumeaux. *Bulletin de psychologie*, tome 38 n°369, 1985. Le dessin. <https://www.persee.fr/doc/bupsy>

Zazzo René. (1952). Les différences psychologiques des jumeaux identiques et les problèmes de l'individuation. In: *Bulletin de psychologie*, tome 6, numéro spécial, 1952. pp. 111-115. <https://www.persee.fr/doc/bupsy>

2. Études scientifiques et universitaires sur la gémellité

Akerman, B. Alin, & Suurvee, E. (2003, août). The cognitive and identity development of twins at 16 years of age: A follow-up study of 32 twin pairs. *Twin Research*, 6(4), 328–333.
<https://scispace.com/pdf/the-cognitive-and-identity-development-of-twins-at-16-years->

Amani, M., & Shariatipour, A. (2021). Comparison of Self-Differentiation and Identity Statuses in Twins and Nontwins. *Twin Research and Human Genetics*, 24(3), 176–183.
<https://www.cambridge.org/core/journals/>

Bélangier-Legault, C. (2020, Juin). Exploration de l'univers de la gémellité : articulation du je et du nous au regard de la construction identitaire. (Thèse de doctorat, Université de Montréal). TEL. <https://archipel.uqam.ca/15909/1/D3835.pdf>

Brischoux, F. (2021). L'impact inconscient de la séparation scolaire de deux jumeaux sur leur réussite éducative : une étude de (2) cas [Mémoire de Master, Métiers de l'Enseignement, de l'Éducation et de la Formation – 1er degré, Parcours Professeur des écoles, INSPE Académie de Besançon]. DUMAS.
<https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-03891597v1/document>

Chevauchet, M. (2023). Le développement du langage oral chez les jumeaux monozygotes : création d'un outil de prévention à destination des parents [Mémoire de Master, Institut des sciences et techniques de réadaptation, Département d'orthophonie, Université Lyon 1].

https://bibnum.univ-lyon1.fr/nuxeo/nxfile/default/61d24f38-79c1-4315-9e65-b4b9f6619931/file%3Acontent/Mo_2023LYO1O716.pdf

Colaïacovo, M-L. (2018, Janvier). Spécificité de l'attachement chez les jumeaux et impact sur leur mode relationnel. Louvain Médical. [Consulté le 2 Juin 2025].

<https://www.louvainmedical.be/fr/article/specificite-de-lattachement-chez-les-jumeaux-et-impact-sur-leur-mode-relationnel>

Decamp, M. (2019), dans Jumeaux, la fascination en double : idées reçues sur la gémellité, Le cavalier bleu (Edition). (pp. 103-106). Disponible en ligne :

https://www.lecavalierbleu.com/wp-content/uploads/2019/01/ir_jumeaux4ed_extrait.pdf

Garon-Carrier, G., Bégin, V., Brendgen, M., Vitaro, F., Ouellet-Morin, I., Dionne, G., & Boivin, M. (2022). Classroom Placement and Twins' Social Behaviors in Elementary School: Providing Empirical Evidence to Inform Educational Policy. Educational policy (Los Altos, Calif.), 36(7), 1850–1875. <https://doi.org/10.1177/08959048211015626>

Jobin, S. (2007). Un espace commun ou une prise en charge pour chacun ? Enfances & Psy, no 34(1), 79-88. [Consulté le 30 Août 2025].

<https://shs.cairn.info/revue-enfances-et-psy-2007-1-page-79?lang=fr>

Marques, A; Tatiana, M. (2014). Les Relations Gémellaires (Travail de maturité). Collège Calvin. <https://tecfa.unige.ch/perso/lombardf/calvin/TM/14/marques-TM-8XI14.pdf>

3. Articles de presse

Albin, M. (2018, 28 Septembre). L'idée du double fascine depuis l'Antiquité. Le Temps. [Consulté le 10 Juin 2025].

https://www.letemps.ch/societe/lidee-double-fascine-lantiquite?utm_medium=partage-social&utm_source=copylink

Barbe, S. (2022, 4 avril). Avoir un jumeau, une force ou un obstacle à l'autonomie ?. Le Figaro. <https://segolenebarbe.com/wp-content/uploads/2022/04/S.B-04.04.2022.pdf>

Bonnamy, J-L. (2017, 14 Novembre). Platon : "Chacun cherche sa moitié". Le Point. [Consulté le 8 Mai 2025].

https://www.lepoint.fr/culture/platon-chacun-cherche-sa-moitie-14-11-2017-2172357_3.php#11

Couillard, K. (2023, 30 Mai). Certains facteurs favorisent la naissance de jumeaux? Vrai. Science Presse. [Consulté le 6 Juin 2025].

<https://www.sciencepresse.qc.ca/actualite/detecteur-rumeurs/2023/05/30/certains-facteurs-favorisent-naissance-jumeaux-vrai>

Diego, C., Sudre, I. (2020, 14 Octobre). Jumeaux : un développement différent des enfants uniques. Parents. [Consulté le 25 Juin 2025].

<https://www.parents.fr/bebe/eveil-et-developpement/l-evolution-de-bebe/l-aider-a-grandir/jumeaux-un-developpement-different-des-enfants-uniques-13738>

Dugoff, L. (2018). Screening for Aneuploidy in Multiple Gestations: The Challenges and Options. *Obstetrics and Gynecology Clinics of North America, Reproductive Genetics*. [Consulté le 25 Juin 2025].
[https://www.obgyn.theclinics.com/article/S0889-8545\(17\)30161-4/fulltext](https://www.obgyn.theclinics.com/article/S0889-8545(17)30161-4/fulltext)

Emile, L. (2018, 2 mars). Avoir des jumeaux, les élever : des parents témoignent. *Doctissimo*. [Consulté le 2 Août 2025].
<https://www.doctissimo.fr/html/grossesse/dossiers/jumeaux/13425-jumeaux-temoignage-s-parents.htm>

LE TÉLÉGRAMME. (2014, 12 août). Jumeaux. « Il faut les dégémelliser ». *Le Télégramme*. [Consulté le 28 Août 2025].
<https://www.letelegramme.fr/toute-l-information-de-la-bretagne/spanjumeauxspan-il-faut-l-es-degemelliser-2203677.php>

Logean, S. (2017, 9 Avril). Pourquoi y a-t-il davantage de naissances de jumeaux ? *Le Temps*. [Consulté le 2 Juin 2025].
<https://www.letemps.ch/sciences/sante/y-atil-davantage-naissances-jumeaux>

Morales, K. (2021, 18 Octobre). Lessons From a Controversial Study That 'Deliberately Divided' Twins. *CSUF News*. [Consulté le 18 Mai 2025].
<https://news.fullerton.edu/2021/10/lessons-from-a-controversial-study-that-deliberately-divided-twins/>

Nothias, J-L. (2011, 6 Mars). Deux vrais jumeaux sont-ils identiques ? *Le Figaro*. [Consulté le 25 Juin 2025].
<https://sante.lefigaro.fr/actualite/2011/03/06/10777-deux-vrais-jumeaux-sont-ils-identiques>

Perritano, J. (2025, 15 Mai). Les vrais jumeaux peuvent devenir de "faux" jumeaux. *National Geographic*. [Consulté le 30 Juin 2025].
<https://www.nationalgeographic.fr/sciences/biologie-genetique-recherche-les-vrais-jumeaux-peuvent-devenir-de-faux-jumeaux>

Recorbet, S. (2021, 21 Avril). Jumeaux, triplés et plus : combien sont-ils chaque année ? *Le Progrès*. [Consulté le 7 Juin 2025].
<https://www.leprogres.fr/societe/2021/04/11/jumeaux-triples-et-plus-combien-sont-ils-chaque-annee>

4. Données démographiques et médicales

INSTITUT NATIONAL D'ÉTUDES DÉMOGRAPHIQUES. (2021, 11 Mars). Pic de jumeaux : le taux de naissances gémellaires n'a jamais été aussi élevé dans le monde. [Consulté le 18 Avril 2025].
<https://www.ined.fr/fr/actualites/presse/pic-de-jumeaux-le-taux-de-naissances-gemellaire-s-n-a-jamais-ete-aussi-eleve-dans-le-monde/>

LE TEMPS. (2021, 12 Mars). Une hausse sans précédent des naissances de jumeaux dans le monde. Le Temps. [Consulté le 12 Avril 2025].

<https://www.letemps.ch/sciences/sante/une-hausse-precedent-naissances-jumeaux-monde>

Monden, C., Pison, G., & Smits, J. (2021, 11 Mars). Pic de jumeaux : le taux de naissances gémellaires n'a jamais été aussi élevé dans le monde. L'Institut national d'études démographiques. [Consulté le 10 Juin 2025].

<https://www.ined.fr/fr/actualites/presse/pic-de-jumeaux-le-taux-de-naissances-gemellaire-s-n-a-jamais-ete-aussi-eleve-dans-le-monde/>

Pison, G. (2011). Le Boom des Jumeaux. L'Institut national d'études démographiques. [Consulté le 6 Juin 2025].

<https://www.ined.fr/fr/tout-savoir-population/memos-demo/focus/boom-jumeaux/>

RÉSEAU PÉRINAT NOUVELLE-AQUITAINE. (2021, 3 Septembre). Les grossesses multiples: jumeaux et plus. Réseau Perinat Nouvelle-Aquitaine. [Consulté le 12 Juin 2025]. <https://rpna.fr/thematiques/les-grossesses-multiples-jumeaux-et-plus/>

5. Santé, parentalité et développement

Caron, J. (s. d.). Comment évolue le lien entre jumeaux âge par âge ?. MagicMaman. [Consulté le 24 Avril 2025].

<https://www.magicmaman.com/comment-evolue-le-lien-entre-jumeaux-age-par-age.3584659.asp>

JUMEAUX ET PLUS. (s. d.). Le développement cognitif des jumeaux et triplés. Jumeaux et plus. [Consulté le 4 Juillet 2025].

<https://www.jumeaux-et-plus.fr/le-comite-scientifique/developpement-cognitif/>

JUMEAUX ET PLUS. (s. d.). La scolarité des multiples. Jumeaux et plus. [Consulté le 4 Juillet 2025]. <https://www.jumeaux-et-plus.fr/carnet-pratique/la-scolarite-des-multiples/>

MAGICMAMAN. (s. d.). Education : élever des jumeaux !. [Consulté le 28 Juin 2025].

<https://www.magicmaman.com/elever-des-jumeaux.339.1315.asp>

MAMANS PIEUVRES. (s. d.). Le développement cognitif chez les jumeaux pendant la petite enfance. [Consulté le 22 Août 2025].

<https://www.mamanspieuvres.com/developpement>

MAMANS PIEUVRES. (2021). Développement. [Consulté le 18 Juin 2025].

<https://www.mamanspieuvres.com/developpement>

NAÎTRE ET GRANDIR. (2020, Février). Les jumeaux et leurs différences. Naître et grandir. [Consulté le 14 Juillet 2025].

https://naitreetgrandir.com/fr/etape/0_12_mois/viefamille/jumeaux-differences/

NAÎTRE ET GRANDIR. (s. d.). Jumeaux et triplés: à quoi s'attendre lors d'une grossesse multiple. Naitreetgrandir.com. [Consulté le 28 Juin 2025].

<https://naitreetgrandir.com/fr/grossesse/trimestre1/jumeaux-triples-grossesse-multiple-a-quoi-s-attendre>

PLANÈTE SANTÉ. (2011, 19 Juillet). PMA : LES RISQUES ET LES CHANCES. Planète santé. [Consulté le 18 Juin 2025].

<https://www.planetesante.ch/Magazine/Grossesse/Infertilite-et-PMA/PMA-Les-risques-et-les-chances>

PSY.BE. (2008, 6 Avril). Jumeaux, couple pour la vie ?. Psy.be. [Consulté le 29 Juillet 2025]. <https://www.psy.be/fr/conseils/jumeaux-couple-pour-la-vie>

PSYCHOLOGUE.NET. (2016, 11 Mars). Les jumeaux, un couple pas comme les autres. Psychologue.net. [Consulté le 3 Juillet 2025].

<https://www.psychologue.net/articles/les-jumeaux-un-couple-pas-comme-les-autres>

RTS - Radio Télévision Suisse. (2021, 20 Janvier). Jumeaux: pareils ou différents - Dans la tête d'un jumeau. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=uNyvuy-5Kjk>

VILLE DE GENÈVE. (2022, 19 mai). Une femme a-t-elle plus de chances d'avoir des faux jumeaux ou des vrais jumeaux ? Et qu'est-ce qui provoque la fécondation de faux jumeaux ?. [Consulté le 10 Juin 2025].

<https://www.geneve.ch/themes/culture/bibliotheques/interroge/reponses/une-femme-t-plu-s-de-chances-des-faux-jumeaux-ou-des-vrais-jumeaux-et-quest-ce-qui-provoque-la-fecundation-de-faux-jumeaux>

6. Comparaison sociale et psychologie

Lobbé, A. (2022, 23 Octobre). La comparaison, c'est humain, mais aussi un poison. HuffPost. [Consulté le 13 Juillet 2025].

https://www.huffingtonpost.fr/life/article/la-comparaison-c-est-humain-mais-aussi-un-poison_209133.html

Rédaction d'OpenUp. (2025, 15 Avril). Pourquoi nous comparons-nous aux autres, et que faire à la place ?. Openup. [Consulté le 19 Juin 2025].

<https://openup.com/fr/blog/pourquoi-nous-comparons-nous-aux-autres/>

Taubes, I. (2018, 7 Août). Pourquoi a-t-on besoin de se comparer ?. Psychologies. [Consulté le 13 Juillet 2025].

<https://www.psychologies.com/Moi/Se-connaître/Comportement/Articles-et-Dossiers/Pourquoi-a-t-on-besoin-de-se-comparer>

7. Dictionnaires et ressources lexicales

Le Robert. (s. d.). Jumeau/ Jumelle. Dans Dictionnaire en ligne. [Consulté le 10 Juin 2025]. <https://dictionnaire.lerobert.com/definition/jumeau>

Linternaute. (s. d.). Fusionnel. Dans dictionnaire en ligne. [Consulté le 31 Mai 2025]. <https://www.linternaute.fr/dictionnaire/fr/definition/fusionnel/>

Certaines reformulations mineures ont été assistées par ChatGPT (OpenAI), dans un cadre strictement linguistique.

X. Annexes

Interview Isabelle Gattlen

Alexandre Tirefort : Ça va bien et vous ? Merci beaucoup de d'accepter de faire cette petite interview.

Isabelle Gatlon : Avec plaisir.

A.T : Voilà. Alors, commençons. Est-ce que je peux vous demander de vous présenter et de dire un peu ce que vous faites de manière brève pour commencer, enfin pour introduire ?

I.G : Oui, bien sûr. Donc, je m'appelle Isabelle Gatlon et j'étais d'origine au niveau professionnel, juriste ce que je suis encore, mais après avoir eu des jumeaux en 2010 qui sont en plus nés prématurés. Ça a été une très grande aventure et aujourd'hui ça m'a amené à accompagner d'autres parents qui ont justement des jumeaux ou qui ont tout simplement des enfants avec qui les choses sont compliquées au jour le jour et j'ai fait différentes formations pour pouvoir justement les accompagner au mieux. Sachant que je ne n'accompagne pas de familles qui ont besoin d'un psychothérapeute mais plutôt des gens qui ont des problèmes, on va dire tous les jours avec leurs enfants et spécifiquement en rapport avec la gémellité de leurs enfants.

A.T : Ah très bien. Et donc c'est le fait d'avoir eu des jumeaux qui vous a poussé à vous diriger dans cette carrière là.

I.G : Exactement parce que ce que j'ai remarqué c'est qu'il y avait beaucoup de conseils, par exemple des conseils sur l'éducation mais qui étaient inapplicable avec des jumeaux. Typiquement, le fait de, disons répondre plus ou moins immédiatement aux pleurs d'un bébé, ce qui est en soi un excellent conseil, et bien c'était pas possible pour moi avec deux bébés qui pleuraient en même temps.

Raphaël Tirefort : Oui, c'est vrai. Et donc, comment vous définiriez votre expérience d'avoir des jumeaux enfin parce que c'est quand même quelque chose qui est ... pas vraiment spécial mais c'est quelque chose d'assez inattendu parfois. Comment est-ce que vous la définiriez ? Parce que du coup c'est deux fois plus de travail.

I.G : Oui. Donc en fait alors c'est pas vraiment ce qui me reste à ce jour si je parle de ma propre expérience. Donc en tant que maman de Jumeaux je dirais que ça m'a semblé être plus que deux fois plus de travail que un seul enfant parce que il y a du travail en même temps qui devrait être fait. Mais c'est pas ça que j'en retire. C'est pas ça que j'en retiens. c'est plutôt la richesse que ça entraîne, le fait d'avoir deux enfants qui naissent en même temps et donc qui grandissent en même temps et quand même chacun a des plus ou moins grandes différences par rapport à l'autre.

R.T : Oui.

I.G : Et ça c'est extrêmement réjouissant pour moi en tant que mère et c'est aussi extrêmement intéressant en fait entre guillemets scientifiquement, vous voyez.

A.T : Oui, absolument. C'est pour ça qu'on fait notre travail de maturité dessus.

I.G : Oui oui, tout à fait. Vous avez bien raison, hein. Une excellente idée.

R.T : Et donc voilà, donc vous avez parlé justement des différences qu'ils avait malgré le fait qu'ils sont nés justement en même temps et c'est comment parce qu'en fait est-ce est-ce

que c'est un peu votre travail justement de un peu je sais pas comment expliquer, coacher les parents de pour justement faire évoluer ces différences là ? Parce que en tout cas moi j'ai fait enfin j'ai fait avec mon frère des recherches et tout et il y avait un peu ce problème de l'identité chez les jumeaux. Est-ce que vous pensez aussi que c'est un problème dans certains cas ? Comment vous gérez ça avec en comment vous avez géré ça vous-même et même avec vos avec enfin quand vous conseillez d'autres personnes ?

I.G : Alors je pense que là il faut aller un peu plus loin dans la réflexion pour savoir si parle d'une famille qui accueille entre guillemets et entre parce que moi spécifiquement la question ne s'est pas posée parce que j'ai eu un garçon et une fille. Oui, quand même tendance mon expérience n'est pas la seule, on a une tendance automatique à comparer ses enfants et puis à penser que ce que l'un réussit à faire, l'autre devrait aussi réussir à le faire.

A.T : Oui.

I.G : Indépendamment de savoir si sont jumeaux pas jumeaux. Ça c'est justement une tendance qui en fait dans la relation et

I.G : OK. Alors ce que je disais c'était que le fait de comparer, la tendance à comparer les enfants entre eux, jumeaux ou pas elle est plutôt négative pour les enfants. Donc les parents qui viennent me dire c'est difficile parce que l'un de mes enfants arrive à faire ça l'autre ne le fait pas. En fait, je vais plutôt les accompagner se rendre compte que ma fois jumeau ou pas, chaque enfant a son propre chemin et chaque enfant est justement un individu à part entière ce qui ne sert à rien de comparer à l'autre.

R.T : Oui, très vrai.

I.G : Et puis après pour parler justement de la situation avec des vrais jumeaux. Moi, c'est pas c'est pas ça en fait où les parents sont venus me voir. Ils sont venus me voir parce qu'ils avaient le sentiment d'être dépassés par leurs enfants où il y avait des émotions, il y avait de la colère, il y avait des pleurs simultanées et c'était ça qui leur posait le problème. Vous voyez plus que véritablement l'identité gémellaire de leurs enfants. Donc je voudrais pas vous dire quelque chose qui ne viendrait pas de ma de mon expérience dans l'accompagnement. Vous voyez plus, opinion personnelle ça serait pas vraiment pertinent.

R.T : Oui, Et donc voilà donc vous avez dit que généralement les parents venaient vers vous pour pas vraiment des soucis de l'identité des enfants mais pour plutôt gérer vraiment le l'éducation des enfants si je comprends bien.

I.G : Alors oui effectivement, mais il y avait aussi dans cette éducation des attentes et des fois ces attentes, c'est bien un de mes enfants arrive à faire ça ou un de mes enfants se comporte bien et avec l'autre ça va pas. Et donc là, il y avait justement cette comparaison qui leur faisait dire qu'il y avait un des deux enfants, celui qui n'y arrivaient pas ou qui se comportait pas bien, qui était entre guillemets en faute. Et moi, j'ai aidé ses parents à se rendre compte que ça n'était pas le cas, vous voyez, et que c'était pas en faisant cette comparaison que ça allait les aider en fait.

R.T : Et donc vous vous encouragez les parents à accepter le fait que ce sont bien des enfin pas des enfants unique enfin je sais pas comment expliquer donc c'est comment qu'enfin, Vous encouragez les différences ou vous ...

I.G : Alors j'encourage les parents à ne pas comparer leurs enfants, leurs jumeaux, à s'intéresser à l'un et à l'autre en essayant de faire abstraction des caractéristiques de l'autre. Vous voyez ?

A.T : Oui.

I.G : Ensuite, c'est ça veut pas dire que je les encourage forcément à mettre en avant les différences qu'il y a entre leurs jumeaux parce que peut-être qu'ils se ressemblent, mais ça peut être une force incroyable mais plutôt aller à les considérer indépendamment l'un de l'autre à pas faire le vous savez le l'opac.

A.T : Oui, c'est ça.

I.G: Je sais pas comment vous l'avez vécu mais j'ai déjà entendu des personnes, appeler leurs enfants "He les jumeaux". En fait Voilà, là je trouve qu'en terme d'identité ça se dissout quoi.

A.T : Oui. OK. Et est-ce que je peux vous poser une question à votre avis Enfin, je sais pas quand vous avez fait avec vos enfants, mais à quel point est-ce qu'il faut séparer les jumeaux à votre avis ? Est-ce que c'est vraiment cas par cas ? Est-ce qu'il faut vraiment avoir suivi beaucoup les jumeaux pour pouvoir un peu dire est-ce qu'il faut séparer les chambres ou les activités ? C'est comment qu'en fait les parents sont censés gérer ce genre de choses ? Parce que ça prend quand même une grande part de la vie des enfants.

I.G : Oui, c'est vrai que ça représente une grande part de la vie des enfants et des parents. Et mon avis sur la question là où j'en suis, c'est que cette aussi pour d'autres questions liées à à l'éducation et à la vie de famille, c'est qu'effectivement ça dépend, au cas par cas, parce que il y a des aspects pratiques. Par exemple, si on peut séparer les enfants, être chacun dans des classes différentes puisse avoir chacun leur propre cercle d'amis et se développer indépendamment du regard justement et bien dans ce cas ça peut poser un problème pratique au niveau des activités, au niveau des horaires, au niveau des déplacements.

A.T : Oui.

I.G : Alors ça veut dire que si on n'a pas la possibilité d'avoir une certaine différenciation à ce niveau, probablement que ça sera nécessaire d'en avoir une à un autre niveau. Par exemple, en ayant chacun sa chambre. Et dans chaque cas, il faut peser le pour et le contre. Moi, j'adopte de moins en moins les solutions toutes faites, vous voyez bien les concepts trop généraux, parce que voilà, même s'il y a effectivement une identité commune en fait d'une certaine manière chez les chez des jumeaux. Je pense que c'est ça peut à la fois être quelque chose qui à un moment peut leur poser soucis mais à la fois ça peut être une grande force. Donc je suis vraiment partisane du cas par cas.

R.T : OK. Et vous vous avez fait comment du coup ? Vous avez séparé vos enfants ? Avec des chambres différentes et tout, ils ont fait des choses différentes ou ...

I.G: Alors ce que je trouve hyper intéressant justement c'est de voir leur évolution voir comment ils se développent parce que au départ on a plutôt fait les choses le plus simplement possible ça veut dire dans la même chambre ensuite on a déménagé et ils avaient deux chambres mais on a continué à avoir une seule chambre à coucher et l'autre chambre c'était la chambre de jeu. Ils allaient justement ensemble à l'école Je raconte des bêtises ils allaient ensemble à la crèche mais ensuite à l'école ils ont été dans deux classes. C'est pas particulièrement nous qui l'avons demandé, c'est l'école qui avait décidé, mais en fait les deux classes faisaient tout ensemble. Donc ils ont continué à être proches l'un de l'autre. Et quand ils ont eu je crois 5 ans ils en ont bientôt 14 quand ils ont eu 5 ans on s'est rendu compte que le fait de dormir ensemble c'était plus vraiment possible, parce qu'ils s'habillaient, ils discutaient et du coup ils ne s'endormaient pas. Donc là, on a changé. Donc vous voyez, on s'est adapté ce qui a été bon pour eux et pour nous pendant plus ou moins 5

ans. À ce moment ce ne l'était plus donc à ce moment-là, bah il a quand même fallu séparer les chambres, très clair tous les deux par bonheur, chacun pas la même chambre donc tout s'est bien passé. Et finalement ce que je vois avec le recul c'est que même si on les a ensuite inscrit au même camp en été, et très rapidement, ils ont eu des groupes différents. Et donc progressivement il a fallu justement qu'on s'adapte à ces différences de chaque individu de chaque être humain. On a une fille qui est assez introvertie.

R.T : Oui.

I.G : Qui apprécie peut-être les activités calmes, les petits groupes, les activités même en binôme et puis on a au contraire un fils lui qui est assez extraverti, qui aime les activités sportives, qui aime rencontrer plein de monde, faire beaucoup de choses. Donc au fur et à mesure la croissance des enfants et bien en tout cas on du côté des parents demande un vrai plus de s'adapter à ce qu'on voit.

R.T : Oui.

I.G : Essayer de voilà, d'emmener dans une activité qu'on juge nous bonne en fait pour voir qu'est-ce qui est bon pour cet enfant là en particulier.

R.T : Oui. C'est juste enfin par exemple moi avec mon frère, en fait pour l'instant bah on a on sait pas on fait on est parfois dans la même classe parfois non mais ça c'est en fonction des horaires mais on fait les mêmes activités presque à part les cours, on fait presque tout ensemble, on fait du tennis ensemble on fait enfin on dort dans la même chambre on veut faire la même chose plus tard et du coup parfois je trouve c'est c'est vraiment cas par cas aussi comme enfin comme vous l'avez dit je trouve que c'est vraiment hyper intéressant.

I.G: Et justement, vous voyez ce que vous me dites là, ce que je trouve chouette c'est que vous êtes à un moment de votre vie où c'est un choix que vous faites et que c'est un choix qui vous convient.

R.T : Oui.

I.G : Et je pense que si il y avait eu des conseils disant qu'il faut absolument décourager la jumeauté, il faut absolument ... on avait cette inquiétude à un moment donné de vraiment individualiser à tout prix les jumeaux. Il y a certainement quelque chose que vous auriez perdu, une richesse que vous n'auriez pas actuellement ensemble.

R.T : Oui. Et plus loin aussi que les parents en fait. Enfin, c'est tout l'environnement et l'entourage qui compte énormément, pour pour l'évolution identitaire des jumeaux en général aussi parce que en tout cas nous, mon frère et moi, le nombre de fois où même les professeurs nous appellent juste les jumeaux, enfin parfois même tout le monde a envie de comparer les jumeaux c'est quelque chose un peu qui ...

I.G : Alors je pense que vous pouvez en parler mieux que moi parce que vous êtes directement concerné mais déjà les moi ça me hérise le fait que tout le monde a un avis sur par exemple est-ce qu'il faut séparer les gens ou pas à l'entrée à l'école. ben déjà là alors justement tout le monde a l'air d'avoir un avis alors que pas tout le monde est jumeau ou pas tout le monde a des jumeaux donc pas tout le monde est concerné. Et ensuite il y a des établissements scolaires qui ont cette politique soit de les séparer, ou alors de ne pas les séparer alors que ce qui est bon pour une paire de jumeaux ne le sera pas forcément pour une autre, donc c'est dommage.

A.T : Oui. Je suis très d'accord avec ce que vous dites. Et puis en fait, j'ai fait aussi d'autres recherches à vrai dire. J'ai regardé quelques documentaires et je suis tombé sur quelque chose. Les paliers de développement chez les jumeaux avec justement le fait que de zéro, de la naissance à 2 ans, il y a ils sont enfin c'est la fusion je sais pas quoi et ils se rendent

pas compte et puis à partir de 6 ans seulement, ils commencent à à se à enfin à changer un peu et à se différencier de l'autre. Est-ce que vous pensez qu'il y a comme ça comme ça des étapes vraiment claires ou pas ? Parce que il y a plusieurs sites justement qui soulignent ces étapes enfin à peu près les mêmes. De fusion, après il y a différenciation et puis après je ne sais plus. Est-ce que vous pensez aussi qu'il y a des étapes que l'on doit forcément respecter ou est-ce que enfin je sais pas si c'est très clair.

I.G : Alors si je comprends bien vous vous demandez si ces paliers, ils sont ils sont toujours vrais et puis qu'est-ce qu'ils vont faire ?

A.T : Oui c'est bien ça.

I.G : Voilà. déjà, est-ce que c'est toujours vrai ? Ben en fait, c'est des points de repère, mais c'est pas plus vrai que de dire par exemple qu'un bébé de 6 mois doit faire ses nuits. Parce que oui, il y a des bébés à 6 mois qui font leur nuit, mais il y en a aussi qui ne les font pas. Donc c'est juste un point de repère. Pour dire en général, jusqu'à 2 ans effectivement les jumeaux ne sont pas encore totalement bah ils ne sont pas encore conscients du fait qu'ils sont bien deux êtres distincts. Mais ça c'est à mettre en rapport avec le développement de l'enfant indépendamment de la jumeauté.

A.T : Oui.

I.G : Un enfant de 0 à 2 ans, il a énormément de choses à appréhender dans le monde qui l'entoure et il n'a pas encore une conscience claire de sa propre individualité. Donc donc voilà ce qui ce qu'il en est. Moi surtout c'est ces paliers j'aurais tendance à dire que ça ne doit pas remplacer l'observation indigo. Ça ne devrait pas conduire les personnes qui fréquentent les jumeaux à se comporter selon ces paliers plutôt que selon ce qu'ils observent. Parce que c'est il y a rien de tel pour voir, pour essayer en tout cas de comprendre ce dont les enfants ont besoin, que de s'intéresser à eux en tant qu'être vivant réel et pas comme justement dans dans des livres ou sur internet. Interviewer : Oui, absolument. Et je sais pas trop quoi ajouter mais je pense donc si je fais une synthèse de tout ce que vous avez dit, faut c'est vraiment cas par cas, il faut observer l'évolution des jumeaux et s'adapter en fonction de. C'est c'est pas vraiment une recette spéciale, c'est vraiment observer et s'adapter et pour tout le monde en fait. Isabelle Gatlon : C'est ça. Mais bien sûr que ça va être plus délicat pour une famille qui a des jumeaux, ça va demander plus d'efforts que pour une famille qui a un seul enfant à la fois.

A.T : Oui. Mais est-ce que ...

I.G : Et donc je trouve qu'il devrait y avoir un peu plus d'aide, de soutien et d'accompagnement pour les familles justement ont des jumeaux.

R.T : Absolument. Et est-ce qu'à votre avis ça veut dire est-ce qu'on ce serait un peu exagéré de dire qu'il faudrait dans le cas idéal presque traiter les jumeaux comme deux enfants complètement distincts et ou alors il ne faut pas aller jusque là. Ça c'est vraiment le cas extrême, il y a bien des il y a bien des cas où les enfants se retrouvent je sais pas séparés à la naissance ou quoi. Est-ce que c'est une chose qui devrait se faire ??

R.T : Non je trouverais dommage parce qu'ils perdraient la richesse justement de la jumeauté. Honnêtement d'avoir enfin de nouveau je ne suis pas à votre place donc c'est plus difficile d'en parler. Mais pour moi, un jumeau enfin pour un autre jumeau, le fait d'avoir un un frère ou une sœur qui est présent/e dès le jour un, c'est une chose extraordinaire, parce que c'est justement une personne avec laquelle ... il y aura jamais quelqu'un de plus complice.

R.T : Oui.

I.G : Donc je pense que l'on ne devrait pas aller jusqu'à les individualiser au point de perdre ce lien, vous voyez, qui est très fort.

A.T : Mais parfois ce lien peut être aussi un obstacle pour peut-être enfin un peu pour potentiellement vivre une autre vie aussi parce que peut-être que c'est aussi une limite par exemple. Enfin, je sais pas est-ce que en avoir un lien trop fort, est-ce que ça n'empêchait pas de dans certains cas d'évoluer, de se contenter de de ce lien là et pas de faire par exemple des efforts pour se faire de faire des nouveaux amis ?

I.G : C'est vrai que ça peut être un endroit justement très confortable. Maintenant, de nouveau, ça va être au cas par cas de voir si les avantages sont supérieurs aux inconvénients. Ou bien est-ce que les a un des deux jumeaux qui est à l'aise de cette situation et l'autre pas.

A.T : Oui.

I.G : (Donc je pense que là les parents sont les personnes primaires, pour soutenir chacun des enfants et de toute façon je pense que soutenir justement leur compte que peut-être il y a ce risque on peut pas)

R.T : Oui.

I.G : Mais vous voyez, dire que la gémellité va empêcher les choses ça paraît pas être une approche peu fondée et ça paraît pas non plus être une approche très très portée sur la confiance.

R.T : Oui. Oui. Absolument.

I.G : Voilà. Donc moi, je préfère me dire c'est quelque chose qui va amener justement une force, un lien, une complicité et après justement tout au long de l'évolution, tout au long parcours, il faut voir si à un moment il faut faire quelque chose de différent.

Questions posées à notre entourage :

1. Penses-tu que le fait que nous soyons jumeaux influence la relation que tu as avec chacun de nous ?

(Oui / Non / Un peu – pourquoi ?)

2. As-tu tendance à nous voir comme un duo ou comme deux personnes bien distinctes ?

(Explique brièvement)

3. Quand tu nous invites ou que tu penses à nous pour une activité (par exemple un anniversaire), invites-tu spontanément les deux ?

Si oui, pourquoi ? (Parce que c'est une habitude ? pour ne pas faire de jaloux ? ou autre raison ?)

4. Selon toi, être jumeaux est plutôt une force ou une difficulté dans les relations avec les autres ?

5. Selon toi, nos caractères sont-ils plutôt similaires, différents ou complémentaires ?

(Tu peux donner un exemple si tu veux)

Réponses que nous avons reçu pour nos questions :

Personne 1 :

1. De moins en moins. Au début je ne pouvais pas vous imaginer séparer l'un de l'autre et j'avais l'impression de ne pas trop faire la différence entre parler avec toi ou ton frère. Mais maintenant j'ai réussi à vous dissocier l'un de l'autre même si je pense qu'il reste inconsciemment quelque chose qui vous lie dans ma tête.
2. Malgré la distinction, je vous vois encore beaucoup comme un duo étant donné que 95% des choses que vous faites à l'école et en dehors sont similaires.
3. Oui parce que vous êtes mes amis et que même si j'ai plus d'affinités avec l'un que l'autre, j'oserai pas inviter qu'un seul en sachant l'autre reste mon ami.
4. Plutôt difficulté. Pas nécessairement dans le fait de rencontrer des gens mais dans le fait de créer des relations proches.
5. Ils sont très différents. Alexandre parle beaucoup et aime partager un peu tout ce qu'il vit tandis que Raphaël raconte moins sa vie. Cependant il y a des choses que les 2 ont comme le fait de s'assumer et de ne pas avoir honte de ce qu'ils font.

Personne 2 :

1. Non pas tant que ça, je ne vous définis pas par cette caractéristique et ne pense pas que ça en fait votre entière personnalité.
2. On vous voit très souvent ensemble, que ce soit en mangeant à midi ou pendant les pauses, donc forcément on pense vite que l'un ne va pas sans l'autre. Après, vu que personnellement je vois plus souvent Alexandre que Raphaël, je vous considère bien comme deux personnes différentes.
3. Oui j'aurais tendance à inviter les deux pour ne pas faire de jaloux d'une part, mais aussi par réflexe, puisqu'on vous voit souvent automatiquement comme une paire.
4. J'imagine que c'est difficile de se faire considérer comme la personne que tu es véritablement et de ne pas toujours être automatiquement associé à ton frère, ce que font beaucoup de gens (surtout ceux qui ne vous connaissent pas très bien, en partie parce qu'ils ont de la peine à vous distinguer physiquement au début)
5. Caractères plutôt différents mais un humour assez similaire

Personne 3 :

1. Très peu ou alors inconsciemment
2. Je vous vois d'abord comme deux personnes bien distinctes, avec vos caractères, vos envies et vos façons de réagir. Mais il est vrai que dans certaines situations, surtout sociales ou familiales, je pense à vous comme un duo, parce que vous avez grandi ensemble et que vous formez une « équipe naturelle ».
3. Oui, spontanément les deux. D'abord parce que c'est une habitude : vous avez souvent été présents ensemble dans les moments importants. Ensuite, parce que je sais que vous partagez beaucoup de choses et que ça me semble naturel. Ce n'est pas une obligation, mais plutôt une sorte de réflexe affectif.

4. Réponse : Je pense que c'est plutôt une force, parce que vous avez toujours quelqu'un qui vous comprend très bien, ce qui peut créer une grande confiance et une belle complicité.
5. Ils sont très similaires mais vous avez tout de même des différences avec le temps, vous êtes devenus complémentaires. Il y a des traits que vous partagez (par exemple une certaine énergie et une complicité évidente), mais chacun a aussi ses manières propres de réagir ou de s'exprimer. C'est ce qui fait que vous vous équilibrez bien l'un l'autre.

Personne 4:

1. Oui, je pense que le fait que vous soyez jumeaux influence la relation que j'ai avec vous. Quand je vois l'un, je vois souvent l'autre, c'est plutôt logique. Du coup, c'est vrai que c'est différent d'une relation "normale". Enfin, vous êtes normaux, les gars, vous ne vous inquiétez pas ! Mais je veux dire, avec des amis qui ne sont pas jumeaux, on voit généralement une seule personne à la fois. Avec vous, quand on en voit un, on voit presque toujours l'autre.

Donc oui, ça influence la relation que j'ai avec chacun de vous.

2. Au début, je vous voyais surtout comme un duo, parce que, comme je l'ai dit, quand je vois l'un, je vois souvent l'autre. Je vous voyais plutôt comme une paire. Mais maintenant que je vous connais mieux, je commence vraiment à vous voir comme deux personnes bien distinctes, avec vos caractères et vos façons d'être.

Je pense que c'est pareil avec tous les jumeaux : au début, on les voit comme un duo, et avec le temps, quand on apprend à les connaître, la vision change.

3. Oui, je vous invite toujours les deux. C'est devenu une habitude. Déjà parce que je vous aime bien tous les deux, donc je ne vais pas choisir entre vous ! Et puis, même si je sais que vous êtes différents, ça me paraît bizarre de n'en inviter qu'un seul.

Il y a aussi la peur de créer de la jalousie, c'est vrai. Et comme je vous vois souvent ensemble, ça vient naturellement : j'invite les deux. Si j'en invitais qu'un, ça me semblerait étrange.

En fait, toutes ces raisons sont liées : c'est une habitude, c'est pour ne pas faire de jaloux, et c'est aussi parce que vous êtes très proches. Pour moi, c'est évident de vous inviter tous les deux.

4. Ça dépend. Je dirais que quand on est plus jeunes, c'est plutôt une difficulté. Il peut y avoir de la jalousie, moins de maturité, et du coup c'est plus compliqué. Par exemple, au tennis, quand l'un avait un meilleur classement, l'autre n'était pas forcément content.

Mais en grandissant, je pense que ça devient une vraie force. Maintenant que vous êtes plus matures, votre lien est solide, vous vous soutenez et vous vous complétez bien. C'est vrai que vous êtes souvent ensemble, mais avec la maturité, ça devient plus un atout qu'un frein.

Donc, je dirais que c'est une difficulté au début, mais une force ensuite.

5. Au début, je pensais que vous étiez pareil, comme beaucoup de gens. Mais en apprenant à vous connaître, j'ai compris que vous êtes très différents, même presque

opposés sur certains points. En même temps, vous êtes complémentaires. Par exemple, dans le tennis, Alex est super fort en coup droit et toi, Raph, ton revers est monstrueux. Quand l'un se sent un peu moins bien, l'autre est là pour équilibrer. Et dans la vie, c'est pareil : l'un est un peu plus réservé, l'autre plus à l'aise socialement. Vous avez des tempéraments différents, mais ça crée un vrai équilibre entre vous. Pour quelqu'un qui ne vous connaît pas, vous semblez identiques, mais dès qu'on apprend à vous connaître, on voit que vous êtes complètement différents, et en même temps complémentaires.

Personne 5 :

1. Je pense que oui, un peu. Si vous n'étiez pas jumeaux, donc pas nés en même temps, ça changerait sûrement quelque chose. Le fait qu'il y en ait un qui soit arrivé avant l'autre, ou qu'il y en ait un un peu plus jeune, ça aurait peut-être modifié la relation.

Je dirais que le fait que vous ayez le même âge, que vous soyez "au même niveau", ça influence forcément un peu la façon dont on interagit avec vous.

2. Ça dépend. D'un point de vue personnel, je vous vois clairement comme deux personnes séparées. Mais comme vous êtes souvent ensemble, très souvent même, j'ai tendance à penser à vous comme un duo pour tout ce qui est organisationnel.

Par exemple, si je demande des nouvelles de l'un, je vais forcément demander celles de l'autre. Si je veux planifier quelque chose, je dis "les gars" ou "vous deux", parce que je sais que vous êtes ensemble.

Mais dans ma tête, vous êtes deux personnes différentes : je ne vous parle pas de la même façon, je ne m'adresse pas à vous pour les mêmes choses, et je n'ai pas exactement les mêmes conversations avec chacun.

C'est juste que, dans la vie de tous les jours, comme vous êtes souvent ensemble, je vous vois un peu comme un duo pratique. Par exemple, je n'appelle jamais "Alexandre" ou "Raphaël" séparément, je dis juste "les gars", parce que je sais que vous êtes là tous les deux.

3. Bah oui, forcément, on vit dans la même maison, donc ce serait bizarre de n'en inviter qu'un ! Je pense que cette question ne me concerne pas trop du coup, mais oui, logiquement, j'invite toujours les deux.

4. Pour moi, ça dépend des situations.

Dans une nouvelle situation, c'est clairement une force d'avoir quelqu'un à ses côtés. Pas forcément parce que c'est un jumeau, mais parce que c'est quelqu'un de proche. Avoir quelqu'un avec soi, c'est rassurant, que ce soit un frère, un ami ou un jumeau.

Du coup, dans votre cas, je pense que c'est une force, parce qu'on ne vous oublie pas: les gens se souviennent toujours des jumeaux. Même dans le sport, on retient souvent "les jumeaux", même si ce n'étaient pas forcément les meilleurs joueurs.

Par contre, d'un point de vue individuel, ça peut être plus compliqué. Parce qu'un jumeau peut parfois ne pas développer certaines compétences sociales, vu qu'il a toujours quelqu'un avec lui. L'autre peut prendre le relais, faire certaines choses à sa

place. Donc, je dirais que c'est à double tranchant : une force dans certaines situations, mais aussi un frein dans d'autres.

5. Franchement, je dirais que vous êtes similaires, mais pas tout le temps : c'est comme si vous aviez des "phases".

Par exemple, Raphaël peut avoir une attitude ou une énergie particulière pendant quelques semaines, et ensuite, c'est Alexandre qui adopte cette même attitude, comme si vous échangez les rôles.

C'est assez flagrant quand on vous observe de l'extérieur.

En termes de personnalité, vous êtes clairement différents : vous n'avez pas les mêmes goûts, ni le même humour, ni les mêmes façons de réagir. Vous êtes vraiment deux personnes distinctes, pas fusionnées.

Mais vos caractères sont quand même complémentaires : quand l'un prend une position, l'autre prend souvent la place opposée, et ça crée un équilibre.

Donc je dirais que vous êtes à la fois différents, similaires par moments, et surtout complémentaires.

Personne 6 :

1. Le fait que vous soyez frère (avec peu d'âge de différence) avec un caractère assez similaire influence la relation que j'ai avec vous car je vais essayer de construire une relation avec l'un tout en prenant compte de l'autre (notamment lorsque vous êtes ensemble). Néanmoins, je ne pense pas que le fait d'être spécifiquement jumeaux ne change ma perception et ma relation que j'ai avec vous car je vous apprécie les deux et veut construire une relation avec vous deux. Je ne veux par exemple pas construire une relation avec uniquement l'un d'entre vous et je dois me taper l'autre car le premier a un jumeau.

2. Je n'ai aucun problème à vous voir comme deux personnes totalement distinctes étant donné que vous avez deux personnalités différentes. Néanmoins, au début de notre amitié, lorsque que je ne vous connaissais pas encore super bien, je ne peux pas nier le fait que j'avais tendance à prendre l'un pour l'autre voir comme une combinaison de deux personnes.

3. J'invite spontanément les deux car je vous apprécie les deux et que j'aime passer du temps avec l'un comme l'autre. Malgré tout, le fait que vous soyez jumeaux influencent néanmoins car je n'imaginerais pas inviter l'un sans l'autre de peur de le blesser/ décevoir.

4. Pour ma part, je pense qu'être jumeaux peut être une force autant qu'une difficulté dans la relation avec les autres. Cela a pour avantage, d'avoir un soutien pour faire le premier pas avec les autres, par exemple ou alors de s'entre soutenir dans les relations. Malgré tout, cela peut aussi avoir quelques inconvénients comme le fait d'être potentiellement pas pris comme étant une seule et unique personne mais qu'une moitié. Qui plus est, cela peut aussi avoir pour conséquence d'être plus

renfermé sur son jumeau et de ne passer que du temps avec lui plutôt qu'avec les autres.

5. Je trouve qu'en surface vos caractères sont plutôt similaires. Par exemple, vous appréciez les mêmes choses et les mêmes personnes, vous avez des réactions plutôt similaires aux situations. Néanmoins, lorsqu'on apprend à vous connaître, on voit bien que vos caractères divergent et ces derniers sont bien différents (l'un étant par exemple plus calme (Alex) que l'autre (Raph)). Certains de ces traits se complètent l'un l'autre (l'un est plus bavard que l'autre et va prendre la parole pendant que l'autre écoute) mais je ne dirais pas que vos caractères sont véritablement complémentaires car l'un n'a pas toujours l'opposé du caractère de l'autre.

Personne 7 :

1. Oui, je pense que c'est quand même plus facile de parler à Alex vu que je te connais et que vous êtes assez proche. D'avantage vu que vous êtes jumeaux, oui.

2. Quand même comme 2 personnes distinctes, au début de l'année je pensais que ça allait être assez dur de vous séparer dans ma tête et de pas vous confondre, mais je vois quand même que vous avez des caractères un peu différents, ce qui diffère un peu de mon point de vue au début de l'année quand je ne vous connaissais pas vraiment.

3. Les deux, je pense quand même que vous êtes assez proche et que vous faites beaucoup de choses ensemble, je vous inviterais les deux, ça me paraîtrait étrange d'isoler l'un ou l'autre :)

4. Je pense que ça peut être difficile avec certains initialement, mais ça devient plus facile avec le temps

5. Je dirais complémentaires, après jsp pour l'exemple (désolé)

Personnes contactées

Voici la liste des personnes que nous avons contacté lors de notre travail de maturité :

- Isabelle Gattien, coach et consultante en parentalité, nous avons pu organiser une interview
- Jon Schmidt, psychologue, et Martine Vallat, psychothérapeute, n'ont pas donné de réponse.
- Fauconnier Isabelle, mère de jumeaux, nous n'avons pas réussi à faire une interview.
- Cassandre Bélanger-Legault, auteure d'une thèse de doctorat sur le thème de la jumeauté. Nous avons finalement jugé inutile de faire une interview et nous sommes contents de son travail disponible sur internet.