



DOSSIER | RESTER SOI-MÊME

Psycho Secrets de famille : quand les maux sonnent faux

SI NOTRE SOCIÉTÉ PLÉBISCITE LA TRANSPARENCE À TOUT-VA, LA FAMILLE RESTE LE CREuset DES NON-DITS ET DES SILENCES QUI EN DISENT LONG. DÉCRYPTAGE ET CONSEILS DE PSYS.

Par Fanny Bijaoui

On pourrait croire, à l'heure où la parole s'est libérée et où le « tout-psy » est entré dans nos vies, que les secrets de famille appartiennent au passé. Il n'en est rien. L'être humain est toujours aussi complexe. « *Le secret de famille, c'est presque un pléonasmе, car toute famille a ses secrets et secrète du secret* », assure le psychanalyste Philippe Grimbert. Pour autant, rassurons-nous, « *si chaque famille à ses petits secrets qui touchent à l'amour, aux trahisons, aux liaisons cachées ou à l'argent, les secrets vraiment toxiques et lourds, il n'y en a pas chez tout le monde!* », indique Juliette Allais, analyste transgénérationnelle.

La filiation : un enjeu majeur

À en croire les psys, les secrets les plus fréquents sont ceux qui relèvent de la filiation : le papa qui n'est pas le père biologique, l'enfant adopté à qui l'on ment, ou celui né de père inconnu. « *Souvent, le secret autour de la filiation est fait pour maintenir une image idéale*, indique Virginie Megglé, psychanalyste spécialisée dans les dépendances affectives. *On force un enfant à correspondre à cet idéal et lui va tout faire pour y parvenir. Mais ce n'est pas parce que c'est secret que*

l'enfant ne le devine pas. Il sait tout au-delà des mots. » C'est aussi la conviction de Philippe Grimbert qui, dans son livre *Un secret*, a raconté comment il s'était inventé un frère avant d'apprendre, à l'âge de 15 ans, que ce frère était mort en déportation. « *Les enfants ont des antennes, ils savent lire dans les silences, les émotions, le tremblement de la voix. Mais comme les mots ne sont pas prononcés, cela reste une sensation confuse.* »

Tout dire ?

Si la filiation reste l'un des thèmes clés des secrets de famille, on peut s'interroger sur le bien-fondé de raconter à son enfant la manière dont il a été conçu, que ce soit par fécondation in vitro, insémination artificielle ou don d'ovocytes. Sur ce point, les avis divergent. Pour Juliette Allais, les parents doivent le dire à leur enfant. « *Même petit, il est tout à fait capable de comprendre, pour peu qu'on lui explique avec des mots simples. Il est naturel de savoir comment l'on a été conçu car c'est la base d'une construction identitaire. Cette parole posée sur les origines dédramatise le sujet et donne un socle à l'adulte en devenir.* » Même conviction pour Ruth Herzberg, praticienne en psychothérapie : « *La conception doit être expliquée à partir du moment*

En savoir plus

- * *Au cœur des secrets de famille*, de Juliette Allais, Eyrolles, 2011.
- * *Frères, Sœurs : guérir de ses blessures d'enfance*, de Virginie Megglé, éditions Leduc.s, 2015.
- * <http://www.rh-psy.fr>



artificielle ou don d'ovocytes. Sur ce point, les avis divergent. Pour Juliette Allais, les parents doivent le dire à leur enfant. « *Même petit, il est tout à fait capable de comprendre, pour peu qu'on lui explique avec des mots simples. Il est naturel de savoir comment l'on a été conçu car c'est la base d'une construction identitaire. Cette parole posée sur les origines dédramatise le sujet et donne un socle à l'adulte en devenir.* » Même conviction pour Ruth Herzberg, praticienne en psychothérapie : « *La conception doit être expliquée à partir du moment*



✿ *« Les enfants ont des antennes, ils savent lire dans les silences, les émotions, le tremblement de la voix. Mais comme les mots ne sont pas prononcés, cela reste une sensation confuse. »*

où elle résulte d'une intervention médicale extérieure au corps de l'homme et de la femme. » À l'inverse, pour Virginie Megglé, si l'on ne doit pas mentir aux enfants, il ne faut pas tomber dans l'excès inverse et tout dire. « L'enfant est un être en construction. On n'est pas obligé de lui donner tous les détails de sa conception. Il faut savoir rester pudique. De même qu'on n'entre pas dans la chambre des parents au moment où ils s'accouplent, parler de bébé-éprouvette, c'est lui donner un paquet trop lourd pour lui. » Une question cruciale à l'heure où la multiplication des naissances via PMA ou GPA (à l'étranger) suscitera des questions légitimes chez ces enfants à naître.

© GETTY IMAGES

Briser le silence ?

Le problème est qu'un secret qui n'est pas dit pèse dans l'inconscient familial de génération en génération jusqu'à ce qu'il soit révélé. « Il marque nos vies de façon douloureuse, assure Ruth Herzberg, et nous pousse à rejouer des scénarios qui ne nous appartiennent pas. » Alors la tentation est grande de vouloir briser la loi du silence. Une décision à ne pas prendre sur un coup de tête. « Tout dépend de qui dévoile le secret et avec quelle intention, souligne Juliette Allais. On ne balance pas un secret dans un repas de famille car la personne concernée peut ne jamais s'en remettre, surtout si elle est fragile. Ce qui compte, c'est plus la manière dont c'est dit que la nature du secret lui-même. » Une conviction partagée par Élise, qui a appris un jour, par l'un de ses professeurs, que sa sœur aînée était adoptée. « Le choc a été si grand que je n'y ai pas cru. Je l'ai vécu comme une intrusion dans mon intimité. Mais le plus dur c'est que ma sœur qui le savait m'a rejeté après cette révélation. » Preuve que seul l'humain et ses fragilités font la loi.