

# Les secrets de famille doivent-ils être dévoilés ?

Toutes les familles abritent des secrets qui se révèlent parfois aussi nuisibles pour leurs détenteurs que pour leurs proches. Alors, faut-il forcément les révéler ? Et dans quelles conditions peut-on le faire sans blesser la famille concernée ?

CHRISTINE LAMIABLE

Il y a ces doux secrets que l'on garde, à raison, pour soi : une escapade au cinéma alors que nous devrions travailler, un flirt sans lendemain dont notre conjoint ne saura jamais rien... Les secrets de famille sont d'un autre bois. Aux traditionnels non-dits liés à la filiation s'ajoute le silence porté sur les morts violentes, les abus sexuels et les délits divers. La sociologue Aline Grobost\* y ajoute ceux liés aux deux guerres mondiales, dont certains n'émergent que maintenant, ainsi que, fait nouveau, des secrets liés à l'éducation des enfants. On dissimule par exemple, le soutien d'un éducateur spécialisé.

## L'héritage de la honte

« Les secrets de famille rongent ceux qui les détiennent parce qu'ils les coupent en deux, explique le Dr Serge Tisseron, psychiatre. D'un

### Nos experts

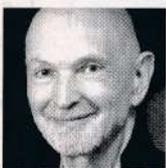


**Geneviève Djénati**

psychologue clinicienne et psychothérapeute de couple et de famille



**Aline Grobost**  
sociologue de la famille



**Dr Serge Tisseron**  
psychiatre et docteur en psychologie



côté, ils auraient envie de parler du secret pour se soulager et, d'un autre, ils s'interdisent de le faire, de peur d'attenter à la mémoire d'un proche, d'être rejeté ou encore de traumatiser la personne à laquelle ils pourraient le confier. » Mais le détenteur d'un secret

Les secrets de famille rongent ceux qui le détiennent mais font également souffrir ceux qui le perçoivent.



MATELLY / BETTYIMAGES (2) - A. MARCHI - ULIMI

familial n'est pas le seul à souffrir de ce clivage. « Ceux à qui il est caché, notamment les enfants du porteur du secret, perçoivent son existence grâce à certains signes incompréhensibles, mimiques, intonations, silences... rappelle Serge Tisseron. Comme

il est interdit de savoir de quoi il s'agit, les enfants peuvent imaginer que le secret concerne nécessairement un événement douloureux. Ils se coupent alors en deux à leur tour, oscillant entre l'envie de découvrir le secret et celle de continuer à l'ignorer. »

Puisque le secret familial s'avère à la fois nuisible pour celui qui le détient et pour ses proches, sa révélation semble nécessaire. En réalité, tout est affaire de circonstances. « Imaginons une femme dont le mari s'apprête à divorcer parce qu'il est tombé



## Mort violente, délits divers... peuvent être dissimulés au sein de la famille

amoureux d'une autre, propose Serge Tisseron. Espérant le retenir de cette manière, elle tombe enceinte. La raison pour laquelle cet enfant a été conçu restera, à juste titre, secrète. Car si un enfant a le droit de savoir de qui il est né, le pourquoi et le comment de sa naissance appartiennent à ses parents. » Ce qui fait la différence ? « Le problème n'est pas tant le secret que la honte qui en découle, confirme Geneviève Djénati, psychologue clinicienne. Une femme qui accouche d'un bébé né d'un viol peut n'en ressentir aucune, broder même une jolie histoire autour de cette naissance et aimer cet enfant. Mais si celui-ci ou ses descendants ressentent une honte non expliquée, le secret lié à cette naissance devient préjudiciable. » Alors, quel moment choisir pour déchirer le voile du mystère ? S'agissant des liens de filiation, l'idéal serait de ne pas laisser s'installer le secret. « Les parents adoptifs repoussent parfois

l'échéance à la majorité de l'enfant, ce qui est déjà un peu tard, constate Geneviève Djénati. Il est préférable que les parents s'habituent à lui en parler dès les premiers mois. En procédant ainsi, ils l'inscrivent dans une histoire qui n'est pas honteuse et que l'enfant s'approprie progressivement parce qu'il peut la questionner sans crainte. »

### Quand le dévoilement s'impose

Reste les autres secrets que l'on tait, que nous avons vécus ou que l'on nous a transmis : grands-parents morts en camp de concentration, attouchements sexuels subis dans l'enfance, frère purgeant une peine de prison... « Lorsque des membres de notre famille nous posent des questions répétées qui résonnent avec le secret dont nous sommes porteurs, il est temps de s'exprimer sur lui, suggère Geneviève Djénati. On peut simplement dire : "Pourquoi me poses-tu toutes

ces questions ? Que souhaites-tu savoir ?" Et y répondre. » Le dévoilement s'impose également à tous les proches qui pressentent l'existence d'un secret qui pourrait avoir influé sur leur comportement à leur insu. « Quand on rencontre des difficultés, il arrive que les explications liées à notre histoire personnelle deviennent insuffisantes, constate Serge Tisseron. Il est bon, alors, de s'interroger sur les éventuels secrets de famille qui portent une ombre sur notre vie. »

### Réunir les meilleures conditions

Dire. Dévoiler un secret. Encore faut-il que cela se fasse dans de bonnes conditions afin de ne blesser personne. « Il faut absolument éviter les moments déjà traumatiques, dit Geneviève Djénati. Annoncer par exemple à un adolescent que son père n'est pas son géniteur, alors que sa mère vient de suicider, ne peut provoquer que d'énormes dégâts. » De même, Serge Tisseron rappelle que, s'agissant des secrets, « il est impossible de forcer qui que ce soit à parler ou à écouter. » Saisir l'occasion d'une réunion familiale pour "déballer" de sordides événements dont beaucoup de personnes ignoraient l'existence, à l'image du film *Festen*, de Thomas Vinterberg, est exclu. « On risque de faire beaucoup de mal en procédant ainsi, avertit le psychiatre. Et on se retrouve après avec le poids de la culpabilité, ce qui complique encore plus les relations familiales. » En revanche, les fêtes de fin d'année peuvent être des occasions privilégiées d'échanges dans des cercles restreints de deux ou trois personnes. « Ce sont des circonstances lors desquelles on croise des proches que l'on voit

peu le reste de l'année, constate Serge Tisseron. Il est possible d'échanger avec celles qui en sont d'accord des hypothèses sur les secrets que l'on soupçonne ou des informations que l'on a déjà obtenues sur un secret. »

### À la recherche d'un nouvel équilibre

Une fois un secret de famille volontairement dévoilé par son détenteur ou l'hypothèse de son existence soulevée par un proche, on pourrait croire la famille prête à repartir sur des bases saines. Mais ce n'est pas si simple. La sociologue Aline Grobost rappelle que « le mythe familial (le mythe de l'harmonie cachant des situations de maltraitance ou d'inceste, ou encore le mythe de la normalité malgré des problèmes d'alcoolisme, de toxicomanie, de pathologies psychiatriques, de suicide) a une fonction de lien, de cohésion du groupe. À la révélation du secret, ce lien est rompu, les règles prescrites par le mythe n'étant plus respectées. » Celui ou celle qui révèle le secret peut donc se voir mis au ban de la famille. Mais, aux yeux de Serge Tisseron, le bénéfice de la révélation reste prépondérant pour l'individu.

« La confirmation qu'un secret de famille a existé ne libère pas de ses chaînes celui qui le pressentait mais cela lui permet d'y travailler s'il le souhaite, explique le psychiatre. En outre, il est rassuré sur le fait qu'il n'a pas rêvé les comportements étranges de sa famille. Cela change tout. »

\* Auteure d'une thèse "Pour une socio-anthropologie des secrets de famille : l'impact du mythe familial sur la socialisation de l'individu par la révélation d'un secret" (2012).

## TESTS ADN

### La fin du secret des origines ?

**Lorsque l'on a un doute sur sa filiation, la tentation est grande de recourir à un test ADN en vente libre sur Internet afin de connaître ses origines.**

Cette démarche reste, pour le moment, interdite en France, à moins qu'elle ne soit demandée par un tribunal ou autorisée "à des fins médicales ou de recherche scientifique". Mais que pèse une amende de 3 750 € (pour la personne qui soumet son ADN ou celui d'un tiers à l'analyse) lorsque l'on désire retrouver ses racines ? Pas très lourd si l'on en croit la sociologue Aline Grobost. « Toutes les personnes adoptées ou nées d'un accouchement sous le secret (sous X) que j'ai rencontrées dans le cadre de mes recherches sur les secrets sont en grande souffrance, explique-t-elle. Certaines se considèrent comme "un arbre sans racine". D'autres affirment même "ne voir personne" quand elles se regardent dans une glace. Elles sont donc prêtes à tout pour obtenir des informations. » Cependant, de son point de vue, le résultat de l'analyse ADN ne suffira pas toujours à obtenir la "vérité" tant espérée. « Bien souvent, le test va leur permettre de confirmer le pressentiment que leurs parents biologiques sont autres que ceux avec qui ils ont grandi, admet-elle. Mais, même lorsque le secret est éventé, le sujet reste souvent tabou. Les parents adoptifs refusent bien souvent d'en dire plus ou supplient leur enfant de ne jamais en parler et de n'entamer aucune démarche pour retrouver ses parents de naissance. »

### Des psys plutôt favorables

De plus, le psychiatre Serge Tisseron rappelle que « les banques de données des entreprises qui commercialisent ces tests ADN ne sont que partielles. On n'obtiendra donc pas forcément le résultat espéré. » Mais il voit tout de même un avantage inattendu à leur utilisation : la déconstruction de "faux secrets". « Un test peut confirmer une présomption de secret, constate-t-il. Mais il peut aussi permettre d'effacer une rumeur préjudiciable à l'ensemble de la famille, comme celle qui soutient que Unetelle ou Untel n'est pas l'enfant de son père officiel. » Geneviève Djénati se veut également rassurante : « Lorsque l'on pressent un secret, les vraies sources de la douleur sont le doute qui l'entoure (existe-t-il ou pas ?) et son refoulement (je fais comme s'il n'existait pas), affirme-t-elle. La personne qui enquête sur ses origines à l'aide de moyens scientifiques a dépassé cela. Elle est en général capable d'affronter la réalité ».

#### À lire



**Mort de honte,** Serge Tisseron, éd. Albin Michel, 17 €.



**Attends... Dépêche-toi.** Le temps des parents, le temps des enfants, Geneviève Djénati, éd. de l'Archipel, 13,99 € en format Kindle.