

Un secret, quel secret ? (1)

Vanina L. – Juillet 2018

La plupart des familles possède un ou plusieurs secrets, plus ou moins su, plus ou moins lourds à porter. Comment se constitue un secret ? Quels sont les indices permettant d'identifier l'existence d'un secret dans votre famille ? Entrons tout d'abord dans l'univers des secrets !

Qu'est-ce qu'un secret ?

Selon Evan Imber Black, thérapeute familiale, dans son livre « Le Poids des Secrets de Famille », il existe quatre types de secrets :

- Les secrets doux, comme la préparation d'un anniversaire ou l'achat des cadeaux de Noël ;
- Les secrets essentiels qui relèvent de la vie privée, comme ce qu'on pourrait confier à son journal intime ou à une amie ;
- Les secrets toxiques, comme un suicide déguisé en accident, une faillite, la naissance d'un enfant adultérin ;
- Les secrets dangereux qui cachent des agissements qui peuvent mettre en péril l'intégrité physique et/ou morale d'un ou plusieurs individus, comme le viol, l'inceste ou un meurtre.



Comment se constitue un secret ?

Les secrets de famille qui ont un impact sur plusieurs générations sont de l'ordre des secrets toxiques ou dangereux. Ce n'est pas tant la teneur du secret qui est à l'origine de la transmission, mais plutôt la façon dont tout est mis en œuvre pour le cacher. Prenons un exemple : un homme trompe son épouse avec une femme. Celle-ci donne naissance à l'enfant de son amant, qui sera reconnu par ce dernier, et élevé par l'épouse, la maîtresse n'ayant pas le sou et le mari soucieux de faire reconnaître sa paternité. L'enfant ne saura jamais que celle qui l'élève n'est pas sa mère biologique, mais il ressent de la part de sa mère une animosité, sans en comprendre le sens. Cet enfant va grandir dans un état de doute « maman ne peut que me dire la vérité, pourtant je sens que cela ne sonne pas juste ». Il va manquer de confiance en lui, ne pas se sentir aimé pour qui il est.

On essaie de cacher tout ce qui peut entacher une famille, qui fait honte. Cependant, ce qui est caché aux enfants mais su de tous crée chez eux une ambivalence. Au-delà du désir de protéger les siens, il existe une interdiction de dire, et même de penser qu'un tel événement ait pu se passer dans la famille.

Mais comment peut-on supposer l'existence d'un secret de famille ?

Certains mots sont bannis (maux-dits), certains prénoms évités sous peine de provoquer une colère irraisonnée ou un sentiment d'étrangeté « c'est bizarre », « c'est drôle ». Les parents, bien qu'ils souhaitent ne pas révéler le secret – dont ils n'ont d'ailleurs peut-être pas connaissance – vont avoir des gestes, des attitudes, des mimiques ou des phrases équivoques. Par exemple, une jeune femme mariée a un amant. Elle prend une contraception mais éprouve une grande peur à l'idée de tomber enceinte et que sa relation extraconjugale soit révélée au grand jour. Après des

recherches dans son arbre généalogique, elle se rend compte qu'avant son mariage, son arrière-grand-mère a eu un enfant qu'elle a été contrainte d'abandonner. Personne ne l'avait jamais mentionné.



L'existence de ce genre de secret peut également être repérée dans l'attitude des enfants : colères, cauchemars, difficultés d'apprentissage, trouble du langage (ne pas dire) ou de l'audition (ne pas pouvoir entendre ce qui ne peut être entendu). Les enfants sont éponges émotionnelles et, lorsqu'ils voient un de leurs parents pleurer, ils vont supposer que c'est de leur faute. Même en dehors d'un secret de famille, il est primordial de rassurer les enfants sur le fait que ce qui se passe est du ressort des adultes, que la problématique n'a rien à voir avec l'enfant et surtout, que les adultes s'occupent de la gérer. Ainsi apaisé, l'enfant ne culpabilise pas.

Dans un prochain article (de secret en « se crée »), nous nous interrogerons sur la transmission des secrets de famille de génération en génération et nous verrons s'il est nécessaire de les révéler.

Et vous, avez-vous remarqué des changements d'attitude brutaux au sein de votre famille ?