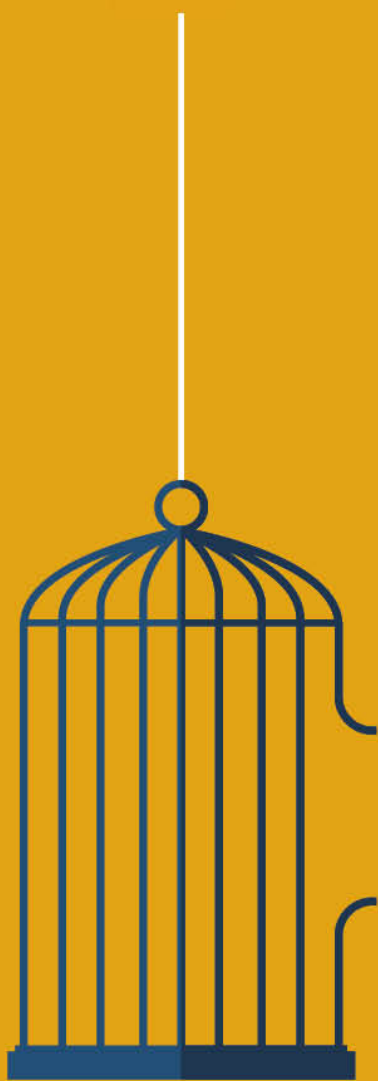


PSYCHOTHÉRAPIE et PSYCHOGÉNÉALOGIE

Se libérer des secrets de famille

Françoise Tachker-Brun
Bénédicte Bouché



ellipses

Le secret de famille : définition et origine

1.1. Le secret de famille : définition

1.1.1. Extrait d'un travail thérapeutique : Pierre

Pierre, qui est accompagné en psychothérapie depuis quelques années, est un homme de 43 ans, qui peine à trouver un équilibre dans sa vie sentimentale. Il a très bien trouvé sa place sur le plan professionnel où il s'épanouit. Il est venu me consulter la première fois dans un état dépressif, très apathique.

Il était alors en couple avec un compagnon qui le trahissait. Leur relation était très orageuse, modèle qu'il avait déjà vécu auparavant.

Il est actuellement en relation « amoureuse » avec un homme marié, vivant séparé de lui. La femme de son compagnon ignore leur relation. Cette situation n'est pas du tout satisfaisante pour Pierre, qui en souffre beaucoup, mais n'arrive même pas à imaginer se séparer de lui.

La première partie de son accompagnement lui a permis de mettre fin à sa dépression, de se stabiliser dans son travail, malgré les aléas qu'il y rencontre.

Ses difficultés persistent sur le plan amoureux. Nous avons alors exploré son vécu au sein de sa famille de naissance. Il est issu d'un couple stable. Il a des frères et sœurs ayant des enfants, mais qui vivent aussi le même style de difficultés de couple. La mère, Marie, a une position dominante dans la famille et le père est présent, mais absent dans ses relations avec Pierre.

Cette difficulté nous a amenés à questionner sa généalogie. Dans la lignée maternelle, il y a des drames récurrents, notamment de mort de personnes jeunes se produisant à chaque génération. L'événement le plus proche est la naissance de Marie, la mère de Pierre, dont la conception était illégitime. Marie découvrira tardivement ce fait. En

effet, elle a été élevée par sa tante Martine. La vraie mère, Léonie, sœur de Martine, est morte en accouchant. Martine, femme vivant seule, a alors élevé sa nièce Marie comme étant sa propre fille, se faisant passer pour sa mère et dans le secret du contexte de sa naissance. En effet, le père biologique de Marie était marié avec une autre femme et ne s'est pas manifesté au moment de la naissance. Marie est donc née d'une union illégitime. Martine, la grand-mère de cœur de Pierre, mais en fait sa grande tante biologique, a donc élevé seule Marie en se faisant passer pour sa mère, dans le secret de sa conception et du drame de sa naissance. Pierre découvre ce secret à l'enterrement de sa « grand-mère » Martine, à dix ans.

Malgré des travaux de psychothérapie, Pierre n'arrive pas à construire une relation de couple stable, ce qui est son désir. Il a donc fait des recherches de généalogie qui lui ont permis de découvrir les morts de personnes jeunes à chaque génération, comme sa grand-mère biologique.

Il a ainsi pu remonter jusqu'à un aïeul que nous appellerons Justin.

Justin est né, me dit-il, au moment où la tour Eiffel a été inaugurée. Son métier était chiffonnier. Il avait un fils et associé d'une vingtaine d'années avec qui il travaillait. Son activité l'amenait à se déplacer. Justin avait également une fille.

Justin a été retrouvé mort dans une auberge loin de chez lui, à un endroit où il était venu faire des affaires, un dimanche matin. Cette mort semble avoir été le point de départ des drames qui vont se succéder au fil des générations.

Avec Pierre nous avons donc décidé d'aller explorer au travers d'une « interview du Parent » ce qu'a été le vécu de Justin au moment de sa mort.

L'interview consiste à demander au client de devenir la figure parentale que j'ai identifiée comme porteuse du problème. « Ferme les yeux, tu deviens Justin et je vais lui parler. » Il s'agit de parler à la projection parentale comme si elle était la personne qui en joue le rôle.



Thérapeute : Pierre, ferme les yeux et remets-toi en contact avec ton aïeul. Lorsque tu seras prêt, tu me fais signe.

Pierre fait signe

Thérapeute : Bonjour Monsieur, est-ce que je peux vous appeler Justin ? Je vous rencontre à la demande de votre arrière-petit-fils, Pierre. Êtes-vous d'accord pour me parler de vous ?

Justin : Oui

Thérapeute : Pierre pense que votre mort a été le point de départ des drames qui se succèdent au fil des générations dans votre famille. Êtes-vous d'accord pour que nous parlions ensemble de ce qui s'est passé pour vous juste avant votre décès ?



Justin : Oui

Thérapeute : Que ressentiez-vous ce soir-là ?

Justin : J'étais contrarié

Thérapeute : Pour quelle raison étiez-vous contrarié ?

Justin : Je me sentais... une idée de contrariété... je n'étais pas d'accord...

Thérapeute : Avec quoi vous n'étiez pas d'accord ?

Justin : Pas d'accord avec mon fils au sujet du mariage de sa sœur

Thérapeute : Quels étaient vos sentiments par rapport à cette future belle famille ?

Justin : Je les appréciais

Thérapeute : Quel était votre désaccord ?

Justin : Ma fille ne voulait pas de ce mari mais mon fils, lui, était d'accord

Thérapeute : Que s'est-il passé ?

Justin : Nous avons beaucoup bu... Nous nous sommes disputés... j'ai tapé du poing sur la table... c'est moi qui déciderais. Mon fils était en colère, il est sorti. Je ne me souviens plus... je suis dans mon lit et je meurs. Je suis honteux... coupable de ma mort. Mon fils est embarrassé... j'ai eu un sursaut et je suis mort tout de même. Ma mort n'est pas naturelle... j'étouffe. C'est difficile de ne pas protéger ma fille. *(Pierre s'étouffe en en parlant, puis est calme)*

Thérapeute : Nous allons donc en rester là pour aujourd'hui. Merci Justin.

Thérapeute : À présent Pierre, reviens tout doucement à aujourd'hui.

Pierre redevient lui-même

Thérapeute : Quelle est ta réaction à ce que tu viens de vivre ?

Pierre : Je suis secoué... j'ignorais complètement cette histoire... Est-ce que Justin a été assassiné ?

Thérapeute : Ce qu'il a dit et montré en étouffant pourrait le laisser penser

Pierre : Cette histoire est atroce, Justin est mort en se sentant coupable de ne pas avoir aidé sa fille, et peut-être que son fils est coupable de sa mort. *(Pierre se montre abattu)* cela pourrait donner un sens à ce qui se passe pour toutes les générations qui ont suivi... De quel droit pourrais-je avoir moi-même un couple satisfaisant ?

Thérapeute : Cette histoire est celle de Justin, tu as le droit de ne pas prendre sa douleur d'impuissance dans tes relations amoureuses, et de couper le cycle des difficultés en ayant des relations au grand jour et apaisées.

Quelques séances plus tard, lors d'un bilan de thérapie, Pierre nous dit à quel point ce travail l'a apaisé. Il arrive à concevoir la possibilité de quitter son ami, mais il n'arrive pas à le faire. Il a quitté sa souffrance et envisage de conserver seulement des liens d'amitié, pour construire ailleurs un couple satisfaisant pour lui.

Dans les retentissements ultérieurs, Pierre prend conscience que dans ses choix amoureux, il sélectionne des partenaires avec un caractère imprévisible. Ce qui l'a amené à faire un lien avec l'imprévisibilité de son propre père. Or, dans la scène de la mort de Justin, revécue par Pierre, le fils de Justin a agi de façon imprévisible, faisant la fête avec son père pour soudain le tuer. On peut faire l'hypothèse que le scénario transgénérationnel concernant l'imprévisibilité des hommes est toujours d'actualité.

1.1.2. *Le secret de famille : définition et étymologie*

► *En quoi le cas de Pierre nous amène à comprendre ce qu'est un secret ?*

Il est important de revenir d'abord à la définition et l'étymologie. Nous nous baserons notamment pour cela sur les travaux d'Aline Grobost¹. La définition du mot « secret » par le Petit Robert² est : « ensemble de connaissances et d'informations qui doivent être réservées à quelques-uns, et par suite que le détenteur ne doit pas révéler. »

Le mot secret a fait son apparition au XVI^e siècle, auparavant était utilisé le mot « segret ». L'adjectif secret vient de « secretus », participe passé du verbe « secerno », qui signifie « séparer, mettre à part³. »

Le verbe « secerno » est composé du préfixe « se » indiquant une séparation et du verbe « cerno » constituant la racine même du mot secret. Le premier sens du verbe « cerno » signifie cribler, passer au crible. Il s'agit du tamisage du grain, de trier le résidu du bon grain, à travers un tamis. Il y a donc des choses qui sont retenues et des choses qui passent. Le verbe « cerno » a aussi le sens de discerner, distinguer le vrai du faux, le bien du mal. « Cernere » signifie aussi trancher, juger.

Il est à noter qu'il existe une parenté étymologique et sémantique amusante entre secret et excréments : la chambre « segreta » désignait les lieux d'aisance, où on pouvait se libérer. Leur racine commune véhicule l'idée de tri et de séparation, c'est ce qu'on fait aux toilettes !

La réaction du petit enfant lorsqu'il va sur le pot, son dilemme : c'est soit se libérer de ses selles, soit les garder comme un bien précieux. Parce qu'en effet, c'est une partie de lui. Lorsqu'il est dans la rétention, il exerce un pouvoir sur son entourage. Nous voyons là le caractère « anal » du secret. Il s'agit à la fois d'un acte de rétention d'un

1. GROBOST A. 2002. *Pour une sociologie des secrets de famille*. Mémoire de Maîtrise de Sociologie et Anthropologie. Université de Franche-Comté.

2. LE PETIT ROBERT, 1994.

3. LITTRÉ Émile, *Dictionnaire de la langue française*. Tome 6. Gallimard et Hachette, 1970 p. 2030-2034.

savoir et d'un acte d'appropriation d'un pouvoir. L'anus, zone de passage entre l'intérieur du corps et le monde extérieur, est soumis à la volonté de l'enfant, qui s'aperçoit qu'il peut empêcher l'expulsion et en retire donc un plaisir de rétention découlant de l'application de sa volonté. Il prend progressivement conscience du soulagement lié au fait de laisser sortir : c'est la découverte du plaisir d'expulsion. C'est le moment où il prend conscience de son pouvoir sur l'autre et qu'il développe en même temps la notion de propriété. Il y a aussi la relation à la honte et à la peur d'être jugé, au « sale » aussi, que l'on peut cacher en laissant dans les toilettes, on ne l'expose pas aux autres.

Le secret peut être gardé, retenu comme un bien précieux ou exposé à d'autres, vécu comme toxique, engendrant des conflits par les informations qu'il recèle. Il a un double sens de conservation et d'élimination.

L'adjectif secret renvoie au tiroir secret du secrétaire. Le secrétaire est ce petit meuble auquel on confie toutes sortes de secrets : secret-taire, qui permet de dissimuler des informations. Le secret est un savoir dissimulé volontairement à autrui. Claire Delassus le définit ainsi : « Le secret est avant tout une information de la plus haute importance concernant un événement honteux ou dramatique, ou des comportements jugés comme répréhensibles de la part de certaines personnes [...] Le secret est avant tout un savoir, d'autant plus précieux, qu'il ne doit pas être transmis¹. »

Guy Ausloos ajoute l'idée de volonté : « C'est un élément d'information non transmis, que l'on s'efforce de cacher consciemment, volontairement à autrui, en évitant d'en communiquer le contenu² ». Il s'agit d'une volonté explicite de ne pas transmettre une information.

► *Mais doit-on pour autant tout dire ?*

De nos jours la transparence est devenue une « obligation ». Le secret doit être traqué, révélé. On assiste à une médiatisation des affaires publiques : il « faudrait tout dire au nom de l'intérêt collectif ou individuel ».

Cette tyrannie fait éclater les barrières de l'intime qui est alors contraint à devenir public.

Or notre capacité à rêver le monde a été constitutive de notre développement psychique, elle permet au jeune enfant de se construire indépendamment de ses parents. En outre elle nous donne un espoir de modifier la réalité qui ne nous convient pas : « L'illusion permet de jouer avec le réel, de le modifier à sa guise³ »

La traque du secret révèle la peur d'un monde irrationnel « le désenchantement du monde » Il y a des illusions nécessaires à la vie et le secret permet de les protéger.

1. GROBOST A. *Ibid.*, page 20.

2. AUSLOOS Guy. *Secrets de famille*. In *Changements systémiques en thérapie familiale* in *Annales de psychothérapie*. Paris, ESF, 1980, p. 62-79.

3. LEVY-SOUSSAN P. *Éloge du secret*. Hachette Littératures. 2006.

Rien n'est plus terrible qu'une mère possessive qui veut tout savoir de ses enfants, ou de ce que certains peuvent faire d'intrusif « pour le bien » de leurs enfants.

Le secret peut aussi être lié au devoir de réserve : les juges, les confesseurs, les psychothérapeutes, la police...

Pour autant, tout ce qui n'est pas transmis ne constitue pas un secret : les petites « cachotteries » de la vie quotidienne ne sont pas des secrets nuisibles. Sans possibilité de préserver un secret il n'y a pas d'estime de soi, point de liberté et peut-être même d'amour. Dans son livre « Défense du secret », Anne Dufourmentelle indique : « et si refuser la transparence était le luxe ultime¹ »

Il est important de distinguer les non-dits, qui sont le blanc du discours, et le secret. Guy Ausloos précise que leur différence réside dans leur mode de transmission. Les non-dits se limitent à la non-mise en mots, et peuvent se manifester par le mode non verbal.

De même, il faut distinguer le secret du jardin secret, du droit à l'intimité. Il est parfois difficile de les différencier. Un accouchement sous X est du ressort de l'intimité pour la mère mais peut être considéré comme un secret de famille pour l'enfant abandonné².

Serge Tisseron définit « l'intimité » par la confrontation entre deux domaines : l'espace public et l'espace privé. Pour lui, le droit à l'intimité est essentiel, nécessaire et ne peut se confondre avec le secret³. Si un secret n'est plus gardé principalement pour se protéger, mais par peur de l'évoquer, tout change de sens. Cela ne concerne pas seulement le dépositaire du secret mais aussi ses proches, qui en sont affectés et tout particulièrement ses enfants⁴.

Cette confrontation entre l'espace public et l'espace privé est particulièrement sensible en ce qui concerne la vie privée des hommes d'État. Si un journaliste fait irruption dans leur jardin secret et divulgue par exemple une relation amoureuse, ceci devient alors un scoop, un secret honteux.

Dans le développement de l'enfant, la préservation du jardin secret des parents est importante. Freud écrit que « c'est grâce au premier mensonge des parents que l'enfant découvre le droit au secret. À travers l'impuissance de ses parents à tout savoir, il peut s'autoriser à avoir sa propre pensée. » L'enfant est aussi intéressé à savoir ce qui se passe dans la chambre des parents. Or, l'enfant ne peut pas aller dans leur chambre quand ils font l'amour, c'est leur jardin secret. Puisque les parents ont un lieu secret, l'enfant réalise qu'il peut aussi en avoir un. C'est ce qui va contribuer à son individuation.

1. DUFOURMENTELLE A. *Défense du secret*. Rivages Poche 2019.

2. GROBOST A. *Ibid.*

3. TISSERON S. *L'intimité surexposée*. Paris, HACHETTE Littératures, 2002, 180 p, page 49.

4. TISSERON S. *Les secrets de famille*. Que sais-je. 2011.

Il arrive qu'un secret collectif partagé soit revendiqué face à des étrangers, parce qu'en somme, il constitue la toile de fond de l'identité familiale ou de l'entreprise. Il s'agit des « secrets de fabrication ». Ils marquent la singularité d'une famille ou d'un groupe et les posséder renforce la cohésion familiale ou de l'entreprise. Ils sont transmis de génération en génération, font partie du patrimoine familial et marquent ainsi l'adoption d'un nouveau membre de la famille. Dans ce cas le partage du secret scelle les liens du sang et équivaut à un pacte qui marque une reconnaissance et une appartenance.

► *Finally, qu'est-ce qu'un secret de famille ?*

Selon Serge Tisseron¹, il n'y a pas de secret objectif, tout est affaire de circonstance. Le secret est soumis à trois conditions :

- Quelque chose est caché, il est interdit de savoir de quoi il s'agit, voire de pouvoir penser que quelque chose est caché.
- Il concerne un événement douloureux. Ce qui importe c'est la façon dont il est vécu.
- L'enfant vit avec l'impression qu'il est tenu à l'écart de quelque chose d'important et de pénible qui le concerne.

Ce qui est réellement traumatique n'est pas ce qui se passe dans la réalité, mais plutôt la manière dont nous le vivons. La honte sociale est affaire d'époque et de milieu. Le problème n'est pas le traumatisme, mais la façon dont nous l'élaborons.

Le trauma est un coup porté dans le réel, alors que le traumatisme est un coup porté dans la représentation du réel. Ce qui importe, c'est la façon dont nous pouvons nous le raconter à nous-même et à autrui.

Freud lui-même affirme que l'évènement n'est pas l'évènement en soi, l'enfant exprime les traumatismes de ses parents, il est constitué du surmoi de ses parents, voire de leurs traumatismes non élaborés. Il ne s'agit donc pas d'une identification de l'enfant à ses parents.

Ce qui caractérise le secret, ce sont la honte et la culpabilité. Pour Serge Tisseron, « ce qui rend difficile à un individu de trouver des mots satisfaisants pour dire un événement est souvent le poids de culpabilité ou de honte qui lui est attaché² ».

Ainsi, la mort d'un aîné en bas âge pourra être tue aux autres enfants de la fratrie, si les parents se sentent coupables de cette mort d'une façon ou d'une autre. Par exemple, s'il s'agit d'une mort par accident ou en cas de maladie s'il y a eu un recours tardif aux soins. Quand un parent tente de cacher un événement douloureux qui le préoccupe, soit qu'il l'ait vécu lui-même, soit qu'il ait imaginé que ses ancêtres l'avaient vécu. Dans tous les cas, son enfant le pressent.

1. TISSERON S. *Les secrets de famille*. Ibid.

2. TISSERON S. *Tintin et les secrets de famille*. Paris. Aubier, 1992, 202 p., p. 102.

C'est ce secret pressenti que raconte Philippe Grimbert, dans son livre « Un secret¹ », dont a été ensuite tiré un film. Il y décrit l'histoire d'un petit garçon, né dans la France de l'après-guerre. Le narrateur est un enfant malingre et fragile né en 1948 dans une France qui sort à peine de la guerre. Il est extrêmement complexé par son physique chétif, d'autant plus que ses parents Tania et Maxime sont beaux, athlétiques et sportifs. Pour compenser, il s'invente un frère aîné qui serait tel que ses parents l'auraient désiré : fort, intrépide, dynamique ; un frère qui le protégerait, lui montrerait l'exemple et saurait le reconforter. Avec le temps, l'idée de ce frère se transforme en obsession. Un jour, en faisant du rangement dans le grenier, il découvre une peluche en forme de chien, et pour une mystérieuse raison, ses parents semblent troublés par la peluche. Surtout le père, qui réagit très mal à cette découverte. À l'adolescence, à l'aide d'une proche de la famille, le narrateur reconstitue peu à peu la vérité. Ses parents sont juifs et ont été mariés chacun une première fois : Tania à Robert qui avait une sœur, Hannah, femme de Maxime. Hannah et Maxime avaient un fils : Simon, répondant en tout point aux aspirations de son père, exactement comme le narrateur se l'était imaginé. Celui à qui appartenait bel et bien le chien en peluche. Hannah et Simon ont été arrêtés par la Gestapo et déportés à Auschwitz, dont ils ne sont pas revenus. Plusieurs secrets se superposent et se renforcent : l'amour de Maxime et Tania alors qu'ils étaient chacun déjà mariés, l'origine juive cachée derrière un nom francisé, l'existence et la mort d'Hannah et de Simon.

► *Comment retrouver l'origine du secret de famille ?*

L'origine, c'est la recherche, dans l'histoire d'une personne, de la situation « première » qui a déclenché le processus du secret à travers les générations. Il existe différentes formes de secrets, la différence essentielle réside entre les secrets dits normaux, souvent bénéfiques, et les secrets dits nocifs qui clivent la personnalité, la partie de soi qui sait et n'est pas censée savoir. Ce clivage est impensé et touche la personnalité des descendants sur plusieurs générations, comme l'indiquent N. Abraham et M. Török².

► *Comment se fabrique un secret ?*

Ce sont des événements considérés comme terribles, les actes inimaginables, sources de honte et de culpabilité, qui peuvent donner naissance à un secret familial aujourd'hui. Il y a une évolution de la teneur des secrets de famille, en lien avec l'évolution sociale et les mœurs, qui déterminent ce qui est honteux et moralement non acceptable. Ainsi, une conception avant ou hors mariage est généralement bien acceptée aujourd'hui, alors qu'autrefois, c'était un drame. Mais les générations suivantes vont en porter la honte et la culpabilité non révélées, au travers de symptômes qui semblent incohérents avec ce que la personne vit dans la réalité d'aujourd'hui. Il peut donc être important de resituer les secrets dans leur contexte social et historique.

1. GRIMBERT P. *Un secret*. Poche 2006.

2. ABRAHAM N. et TÖROK M. *Le Verbier de l'homme aux loups*, Aubier-Flammarion, 1976.