

Analyse

Karima Amrous

« On répète l'événement pour mieux en garder la trace »

Quatre ans après les attentats de New York, votre abondant courrier montre que vous avez été profondément marqué par ce terrible événement. Nous avons demandé au Major Erik De Soir, expert en psycho-traumatologie*, de nous expliquer pourquoi.

Nos lecteurs se souviennent de tous les détails du 11 septembre 2001 : où ils étaient ce jour-là, ce qu'ils faisaient, comment ils ont réagi... Comment expliquer cette mémoire restée intacte ?

Certains événements collectifs de grande envergure font fonctionner la mémoire d'une manière inhabituelle et sont enregistrés dès le départ de façon plus claire. Ce sont des événements qui changent l'histoire, qui touchent, qui choquent, et dont la mémoire conserve une copie. Je suis sûr que les Belges se rappellent aussi très bien de ce qu'ils faisaient le jour où ils ont appris la mort du roi Baudouin, ou la tentative d'assassinat du pape Jean-Paul II, par exemple.

Pourquoi est-il si important de s'exprimer sur cet événement, même quatre ans plus tard ?

Dès que les gens ont eu connaissance des attentats de New York, la chaîne de communication s'est enclenchée. Ils ont appelé leur famille, leurs amis, leurs collègues. Le partage social d'une expérience traumatisante est très important car en verbalisant les émotions ressenties, on en fait une histoire qui va s'inscrire dans notre histoire personnelle. A force de raconter à d'autres ce qui s'est passé, c'est comme si on « répétait » l'événement, ce qui renforce par ailleurs la trace de ce dernier dans la mémoire. Quand le processus de partage et de verbalisation avec autrui est absent, on risque de développer un souvenir erroné des événements, parce qu'en confrontant son récit avec celui des autres, on comble les lacunes de son vécu, on le « complète » en quelque sorte.

Les attentats de Londres et Charm El-Cheikh ont ravivé le souvenir...

Absolument. Lorsqu'un événement marquant est unique et n'a pas de suite, normalement, il se produit un processus d'extinction : on n'y pense de moins en moins, cela devient un souvenir... Avec les attentats de New York, l'extinction est difficile car d'autres événements nous les rappellent en permanence. Les guerres d'Afghanistan, d'Irak et aujourd'hui, les attentats à Londres et Charm El-Cheikh. Alors que nous avons retrouvé un peu de confiance dans notre environnement (nous reprenons l'avion, nous allons à nouveau aux Etats-Unis), les attentats de Londres et Charm El-Cheikh nous ont fait faire un bond en arrière puisque nous sommes bien obligés d'admettre que plus aucun endroit dans le monde n'est ni sécurisant ni prévisible. C'est à mon avis l'influence la plus durable des attentats de New York.

**Erik De Soir est rattaché au Centre pour l'Etude du Stress et du Trauma de l'Ecole Royale Militaire.*