

Serge Tisseron

La fabrique de l'aveuglement : le déni

Il arrive que l'on se mente à soi-même. Et il arrive que ce mensonge porte sur une réalité que nous avons très bien vue, mais dont nous ne voulons pas, le plus souvent parce qu'elle nous fait peur. C'est ce qu'on appelle le déni. Cette attitude s'enracine dans la croyance infantile que si on parvient à ne pas voir quelque chose, elle n'existe pas. Mais en même temps, le déni participe bien souvent d'un problème collectif : comment accepter une réalité que le groupe refuse de reconnaître et d'affronter ? Le problème est que cette attitude risque de s'organiser de telle façon que ce n'est plus seulement mon désir que le monde soit différent qui est en jeu, mais ma place dans ce monde. Lorsque c'est le cas, il est non seulement très difficile de mettre fin au déni, mais également extrêmement douloureux. Mais un déni ne s'installe jamais d'un seul coup. Il passe par des étapes successives, et les connaître permet d'éviter que des individus, ou des collectivités, s'y enferment.

The Manufacture of Blindness: Denial

It happens that we lie to ourselves. And sometimes this lie concerns a reality that we have seen very well, but do not want to acknowledge, often because it frightens us. This is what we call denial. This attitude stems from the childish belief that if we manage not to see something, it does not exist. However, denial often participates in a collective problem: how to accept a reality that the group refuses to recognize and confront? The problem is that this attitude may become organized in such a way that it is no longer just my desire for the world to be different that is at stake, but my place in this world. When this happens, it is not only very difficult to end denial, but also extremely painful. But denial never sets in all at once. It goes through successive stages, and knowing them helps prevent individuals or communities from becoming trapped in it.