



Mémoire d'Auschwitz ASBL
Rue aux Laines, 17 boîte 50 – 1000 Bruxelles
Tél. : +32 (0)2 512 79 98
www.auschwitz.be • info@auschwitz.be

Le syndrome de l'Holocauste : la bataille des enfants cachés après la guerre

Frédéric Crahay

Mémoire d'Auschwitz ASBL

Septembre 2023

La Shoah n'a laissé derrière elle que souffrances et désolation. Parmi ses innombrables victimes, on retrouve les « enfants cachés », de jeunes Juifs qui sont parvenus à survivre au régime nazi en dissimulant leur véritable identité. Ces enfants ont certes échappé à une mort imminente, mais leur vie fut profondément bouleversée. Nous nous intéresserons ici au « syndrome de l'Holocauste » des enfants cachés, ainsi qu'aux difficultés émotionnelles et psychologiques dues à la guerre qui firent parfois obstacle à leur reconstruction.

Pendant la Shoah, les parents de nombreux enfants juifs furent placés devant un choix presque impossible : se cacher ou s'exposer à une mort quasi certaine. Les enfants dits « cachés » furent obligés de dissimuler leur véritable identité et, bien souvent, de changer de nom pour cacher leurs origines juives. Ces enfants vécurent la peur au ventre, contraints de s'en remettre au courage et à la bienveillance et au courage d'étrangers pour trouver un abri sûr. Cette période de clandestinité eut un profond impact sur leur développement ultérieur et fut à l'origine d'une série de symptômes d'ordre psychologique, rassemblés sous l'appellation « syndrome de l'Holocauste ». Il faut ici souligner qu'il ne s'agit en aucun cas d'un diagnostic clinique, mais plutôt d'un cadre conceptuel utilisé pour décrire les effets à long terme de l'Holocauste sur les survivants et leurs descendants, ainsi que sur les communautés touchées par le génocide. Les expressions « syndrome des camps de concentration » ou « syndrome du survivant » sont également employées pour les déportés qui sont revenus des camps de concentration. Les traumatismes, les pertes et les persécutions eurent un impact dévastateur et permanent sur les victimes et les témoins. Le syndrome inclut une série de troubles psychologiques, émotionnels et sociaux dus à cette terrible expérience, dont voici les principales manifestations :

- **Sentiment de culpabilité** : de nombreux rescapés se sentent coupables d'avoir survécu alors que des millions de personnes n'ont pas eu cette chance. Cette culpabilité découle bien souvent d'un sentiment de responsabilité ou de remords, et peut avoir un impact conséquent sur la santé mentale des survivants.
- **Trouble de stress post-traumatique (TSPT)** : les rescapés peuvent souffrir de TSPT, un trouble psychiatrique caractérisé par des souvenirs intrusifs, des flashbacks, des cauchemars, une hypervigilance et des comportements d'évitement. Ces symptômes peuvent perturber le quotidien et le fonctionnement des personnes qui en souffrent, et persistent parfois longtemps après l'évènement traumatisant en question.
- **Dépression et anxiété** : les horreurs vécues peuvent favoriser le développement de troubles anxiodépressifs. Les survivants peuvent être accablés par un sentiment constant de chagrin, de désespoir, de peur et d'inquiétude, lié aux expériences traumatisantes et aux difficultés auxquelles ils ont été confrontés ensuite.

- Perte de foi et de sens : la Shoah a ébranlé les fondements mêmes de la foi et des convictions de nombreux rescapés. Les souffrances et les pertes incommensurables dont ils ont été témoins ou victimes peuvent entraîner chez eux une remise en question de certaines croyances, mais aussi du sens de la vie et de l'espoir d'un monde humain et juste.
- Les expériences traumatiques peuvent affecter la capacité des rescapés à nouer de vraies relations de confiance.
- Après avoir perdu leur famille et leur communauté, beaucoup souffrent d'un sentiment d'isolement et ont du mal à tisser des liens avec les autres.
- Crise identitaire et culturelle : les survivants sont bien souvent en proie à des questionnements relatifs à leur identité juive, à leur appartenance à cette communauté et, de manière plus générale, à leur place au sein de la société.

Il est important de préciser que ces symptômes ne concernent pas uniquement les survivants. Ils peuvent également toucher leurs descendants, c'est-à-dire les survivants de deuxième ou de troisième génération. Ces personnes peuvent souffrir d'un traumatisme transgénérationnel et hériter des répercussions psychologiques et émotionnelles à travers les histoires racontées par leurs proches, les souffrances passées sous silence ou encore les bouleversements de la dynamique familiale.

La compréhension et le traitement de ce syndrome requièrent de la sensibilité, du soutien et des soins spécialisés. Pour offrir aux rescapés et à leurs descendants l'aide dont ils ont besoin, les professionnels de la santé mentale impliqués doivent non seulement s'y connaître en traumatismes, mais également faire preuve d'une bonne maîtrise du contexte historique et culturel. La prise en charge passe souvent par des séances de thérapie, la participation à des groupes de soutien, la sensibilisation de la communauté et le partage de récits. Le but de ces initiatives est double, puisqu'elles visent, d'une part, à améliorer la résilience des individus concernés et, d'autre part, à veiller à ce que personne n'oublie les crimes passés.

Parmi l'ensemble des symptômes, celui de la culpabilité du survivant est particulièrement fréquent, car la plupart des enfants cachés se sentent terriblement coupables d'avoir survécu alors que leur famille a été exterminée. Combiné aux atrocités dont ils furent témoins ou victimes, ce sentiment de culpabilité est source de profondes cicatrices psychologiques.

Difficultés d'après-guerre

La fin de la guerre et la Libération furent loin de mettre un terme à la tourmente des enfants cachés. Coupés de leur héritage juif et lâchés dans un monde où leur vécu ne suscita ni intérêt ni empathie, ils vécurent leur réintégration au sein de la société comme un véritable parcours d'obstacles. Victimes de discrimination et tourmentés par leurs propres questionnements identitaires, de nombreux enfants cachés se sentirent complètement marginalisés, ce qui ne fit qu'aggraver leurs difficultés, car ils durent se construire une nouvelle vie sans pouvoir compter sur le soutien de leur famille ou de leur communauté.

Effets à long terme

Il ne faut pas non plus sous-estimer les effets à long terme des cicatrices psychologiques qui affectèrent les relations, les choix professionnels et le bien-être général des anciens enfants cachés. De nombreux survivants eurent du mal à nouer des relations intimes, à faire confiance aux autres ou à faire preuve d'amour-propre. Leur capacité à mener une vie épanouissante fut souvent compromise par les pertes et les traumatismes qu'ils endurent.

De nombreux d'entre eux ont souffert d'anxiété chronique et de méfiance généralisée, incapables de se départir d'une hypervigilance permanente causée par des années de clandestinité, se sentant particulièrement vulnérables et peinant à nouer de vraies relations de confiance.

Dans un grand nombre de cas, ces enfants cachés ont perdu leurs parents, ce qui a bien sûr compromis leur réintégration après la Seconde Guerre mondiale. Privés de leur famille et de leur communauté, ils se sont retrouvés seuls et isolés. Sans système de soutien ni possibilité de partager leur ressenti avec des personnes capables de comprendre leur parcours unique, beaucoup d'entre eux se sont sentis marginalisés et complètement déconnectés de la société.

Prise en charge et guérison

Les enfants cachés ont su faire preuve d'une force et d'une résilience incroyables dans leurs tentatives de guérison et de reconstruction. De nombreux survivants ont suivi une thérapie ou rejoint des groupes de soutien pour surmonter leur traumatisme, et ont trouvé du réconfort dans des échanges avec d'autres personnes au parcours similaire. C'est ainsi que l'ASBL l'Enfant Caché¹ a vu le jour en Belgique en 1992, même si les anciens enfants cachés n'ont pas attendu sa création pour se retrouver au sein de groupes de parole. Certains se sont tournés vers l'activisme et ont voué leur vie à l'enseignement, à la transmission de la mémoire et à la poursuite de la justice. En partageant leur histoire et en cherchant l'apaisement, les enfants cachés ont joué un rôle crucial dans la sensibilisation à la Shoah et à ses conséquences à long terme.

Les initiatives éducatives, et les musées dédiés à la mémoire de la Shoah ont également joué un rôle de taille en offrant à ces enfants cachés l'opportunité de raconter leur histoire. Ces initiatives ont pour but de transmettre l'histoire de la Shoah aux générations futures afin d'éviter que de telles atrocités se reproduisent, mais elles permettent aussi de tendre la main aux enfants cachés et de reconnaître leur peine.

Celles et ceux qui furent contraints de dissimuler leur identité et d'endurer de cruelles privations souffrent encore des effets à long terme de leurs expériences traumatisantes. Aujourd'hui, ces rescapés veulent retrouver la paix, reconstruire leur vie et veiller à ce que le monde n'oublie jamais les atrocités dont ils furent témoins. Mais pour beaucoup d'entre eux, le chemin de la guérison sera encore long.

¹ Le lien vers leur site internet : <http://www.enfant-cache.be/>



FÉDÉRATION
WALLONIE-BRUXELLES

Depuis 2003, l'action de l'ASBL Mémoire d'Auschwitz s'inscrit dans le champ de l'Éducation permanente.

À travers des analyses et des études, l'objectif est de favoriser et de développer une prise de conscience et une connaissance critique de la Shoah, de la transmission de la mémoire et de l'ensemble des crimes de masse et génocides commis par des régimes autoritaires. Par ce biais, nous visons, entre autres, à contrer les discours antisémites, racistes et négationnistes.

Persuadés que la multiplicité des points de vue favorise l'esprit critique et renforce le débat d'idées indispensable à toute démocratie, nous publions également des analyses d'auteurs extérieurs à l'ASBL.