

## **LES ZONES D'OMBRE**

**Par Pierre Niney**

Pierre Niney, l'un des acteurs les plus brillants et populaires de sa génération, n'a jamais eu peur de parler vrai. Connu pour ses rôles puissants (Yves Saint Laurent, Frère et Sœur, La Nuit du 12), il surprend aujourd'hui par une confession tout en sincérité : il a suivi une thérapie, et il ne le regrette pas.

### **Une démarche "nécessaire pour être un bon parent"**

Dans une interview accordée récemment à la presse people, Pierre Niney évoque son parcours personnel avec une grande transparence. Père de deux enfants, il explique que la paternité l'a poussé à s'interroger profondément sur lui-même — ses peurs, ses réactions, ses blessures. Pour lui, la thérapie n'est pas un signe de faiblesse, mais un acte de responsabilité : "Quand on a des enfants, on n'est plus seule maître à bord. On a envie d'être le meilleur parent possible."

Ce besoin de comprendre et d'apaiser des mécanismes intérieurs, il l'a transformé en une démarche concrète : il a consulté, patiemment, avec le même sérieux qu'il mettrait dans un rôle au cinéma.

### **Un message clair pour tous**

Pierre Niney ne s'arrête pas à son seul témoignage. Il en fait un conseil adressé à quiconque se retrouve confronté aux défis de la parentalité ou de la vie intérieure. Pour lui, la thérapie l'a aidé à être plus présent, plus apaisé, plus à l'écoute — autant de qualités essentielles pour accompagner ses enfants dans un monde parfois anxiogène.

Il insiste sur un point : parler, entendre, se faire accompagner, ce n'est pas "craquer", c'est grandir." Une lumière rare dans un milieu où parler de soi est souvent perçu comme une faiblesse.

### **Une star accessible et humble**

Ce qui rend cette prise de parole particulièrement puissante, c'est la simplicité avec laquelle Pierre Niney l'aborde. Il ne se présente pas comme un modèle parfait — bien au contraire. Il rappelle que chacun porte ses propres combats, ses zones d'ombre... mais que les affronter, plutôt que de les refouler, est une preuve de courage.