

LES SEPARATIONS dans la VIE

(Texte des conférences données par Mme Bernadette LEMOINE lors de la « Session pour les familles adoptives » organisée par 'Les Enfants de Reine de Miséricorde' en mai 2004)

Quand on parle de séparation, aussitôt s'y associe le souvenir ou la crainte d'une souffrance. C'est sans doute, pour la plus part d'entre nous, ce que nous vivons personnellement et ce que vivent, encore davantage, beaucoup de nos enfants. C'est aussi ce qu'ils expriment et crient de différentes façons, et qui fait le titre du livre que j'ai publié sur ce sujet :

«Maman, ne me quitte pas !»

Cri viscéral... chez tous et de tous temps... cri du cœur bien souvent exprimé par nos enfant, ou nos adolescents, de façon très détournée, et parfois assez peu compréhensible....

Par exemple,

L'un n'arrive pas à se coucher le soir, et revient sans cesse auprès de ses parents pour des motifs divers et variés : soif, cahier à signer, quelque chose à dire, un dernier bisou, un mal au ventre ou ailleurs, etc. Et cela n'en finit pas ! et cela recommence tous les soirs...

L'autre se couche sans difficulté, mais ne s'endort que tardivement, ou se réveille avec ou sans cauchemars. S'il est petit, il ne peut s'empêcher de réveiller ses parents, et cela peut se passer plusieurs fois par nuit. Ou encore, il se réveille très tôt le matin... les jours d'école...!

Un autre, est incapable d'aller dormir chez des amis, à l'extérieur.

Ces troubles du sommeil nous disent presque en langage clair : «Maman, ne me quitte pas pour la nuit ; je me sens abandonné quand je suis seul dans mon lit, dans ma chambre ; j'ai besoin de te retrouver, de m'assurer que tu es toujours là ; j'ai peur d'être abandonné...»

Et pourquoi ces migraines ou ces maux de ventre à la fin des week-ends, ou le dernier jour des vacances, quand approche le moment de la séparation d'avec Maman, pour aller à l'école ? Ne signifient-ils pas, eux aussi, la peur de la séparation ?

Voilà des signes qui se comprennent généralement assez bien, mais il en est d'autres, qui sont des cris de détresse signalant, eux aussi, une angoisse par rapport à la séparation : ce sont les états de tristesse, le repliement sur soi, les difficultés

relationnelles, les troubles de la nutrition (excès ou manque d'appétit), un bon nombre de phobies.

Nous voyons aussi, parmi ceux qui souffrent des séparations, des combatifs qui donnent des signes de révolte ; les parents ont alors droit à des colères très fréquentes, des cris, un comportement hyper actif qui n'est cependant pas de l'hyperactivité, ou encore de la nervosité, des réactions caractérielles, etc.

Il y a les enfants qui ne peuvent jamais rien faire tout seul..., et ceux qui ne veulent jamais être aidés.

Il y a ceux qui sont de merveilleux élèves, des petits enfants modèles ne supportant pas la moindre faute, la moindre imperfection..., et il y a ceux qui ne parviennent pas à se servir de leur intelligence, noyés qu'ils sont dans leur angoisse... de séparation.

Tous ces enfants, d'une façon ou d'une autre, poussent le même cri ! Et cela se manifeste par les troubles ou les difficultés que je viens de signaler, parmi les plus fréquents.

Les séparations jalonnent notre vie, depuis la naissance jusqu'à l'ultime séparation de la mort. Elles sont des passages obligés dans notre croissance et notre évolution affective. Mais elles sont bien souvent douloureuses et c'est pourquoi elles risquent d'amener des perturbations dans le comportement, comme nous venons de le voir à travers quelques exemples concrets. Pourquoi ?

Avant d'expliquer le pourquoi de ce qui se passe dans nos histoires personnelles, je voudrais faire un retour en arrière et parler de l'histoire de l'humanité, en me référant à la Bible.

On peut déjà remarquer que cette réalité de la séparation a commencé avec la création de notre monde.

En effet, dès le ch. 1 de la Genèse, où il est question de la création, nous constatons que Dieu a créé le monde en opérant de multiples séparations : Il a séparé successivement :

- La lumière et les ténèbres,
- Les eaux qui sont sous le firmament d'avec les eaux qui sont au dessus du firmament,
- La terre ferme et la mer,
- Le luminaire du jour et ceux de la nuit,

Et, à la fin de chaque journée de création, revient le refrain :

« *Et Dieu vit que cela était bon* ».

Puis au Chapitre 2, pour créer et façonner Eve, la « Mère des vivants », Dieu prit une côte à Adam, ce qui est une autre forme de séparation. Cette fois-ci, « *Dieu vit que cela était très bon...* »

Nous pouvons déjà en conclure que le processus de séparation est un processus ordonné à la création, à la vie, à la différenciation. Et surtout, remarquons qu'il n'y a eu **aucune souffrance** lors de ces diverses séparations. Bien au contraire !

Alors : « Pourquoi la souffrance accompagne-t-elle si souvent nos séparations ? » Que s'est-il donc passé ?

C'est à partir du Pêché des Origines que la séparation est devenue douloureuse, même si, bien souvent, elle reste, en elle-même, un processus qui favorise et permet la vie.

Tant que nous vivions reliés à notre Source de Vie et d'Amour, notre fragilité, notre vulnérabilité n'étaient pas gênantes et ne portaient pas à conséquence. Pour vivre et vivre pleinement heureux, il nous suffisait d'accepter de vivre dans la **dépendance d'amour** par rapport à Dieu, notre Père. Rien ne nous manquait. Rien ne nous faisait souffrir. Nous étions dans la confiance comme un petit enfant comblé et totalement abandonné dans les bras de son Père.

Mais, vous le savez, le Mauvais, le **Diviseur**, introduisit, dans le cœur de l'homme, le **doute sur l'amour de Dieu**.

Doutant de l'amour, l'homme, dans sa liberté, a pris l'initiative de rompre la relation d'amour et de confiance qui le reliait à Dieu et qui lui permettait de vivre heureux.

Rupture mortelle.... L'homme **abandonne** les bras d'amour de son Père. Il est désormais **abandonné** à lui-même, et il découvre alors sa **fragilité et sa vulnérabilité**. Une fois seul, il commence à prendre conscience et à souffrir douloureusement de cette fragilité et de cette vulnérabilité.

Depuis cette rupture, nous connaissons tous **l'angoisse d'abandon** qui n'est pas constitutive de notre nature, mais fait désormais partie de notre condition humaine. Nous sommes conçus et nous naissons coupés, séparés de notre Source de Vie et d'amour, donc avec une **blessure d'abandon, génératrice d'un forte angoisse**.

Par voie de conséquence, toute **séparation** comporte une part de souffrance et d'angoisse puisque nous ne sommes plus immergés dans la plénitude de l'Amour divin, mais seuls, fragiles et vulnérables.

Les séparations viennent percuter notre blessure d'abandon et nous blessent là où nous avons déjà mal, ce qui explique beaucoup de souffrances et de comportements regrettables.

Revenons en à nos enfants, tout en nous rappelant que pour beaucoup d'entre nous, adultes, il y a encore un petit enfant qui sommeille en nous....

Quand une séparation se passe dans de bonnes conditions, l'enfant surmonte assez facilement la souffrance qui lui est liée et il gagne en autonomie, grandit ; il est heureux de vivre.

Mais que dans la succession des séparations qui jalonnent sa vie, en arrive une qui se passe dans de mauvaises conditions, l'enfant risque de rester bloqué à cette étape de son évolution à cause de la souffrance. Il ne pourra franchir cette étape et continuer sa croissance affective, à moins d'une aide de ses parents ou d'une personne extérieure. C'est cet aspect délicat de l'éducation que je voudrais éclairer au jour d'hui : comment accompagner l'enfant dans **cet indispensable apprentissage des séparations.**

Nous pouvons leur éviter ou tout au moins atténuer la souffrance de certaines séparations ; et si nous n'avons pu leur éviter d'être blessés, il est toujours possible de les aider à reprendre un chemin de vie et de bonheur, de rétablir le lien de la confiance entre eux et nous, leurs parents. En dehors d'une bonne relation filiale, nos enfants risquent de rester de perpétuels orphelins non seulement par rapport à nous mais par rapport à notre Père des Cieux.

Voyons donc, pour commencer, **en quoi consiste l'angoisse** de séparation. (A.d. S.), qui est un terme répertorié dans le vocabulaire de la psychologie, et ce qu'elle va entraîner comme **réaction, ensuite.**

A.d.S. : Il s'agit d'un trouble **anxieux**, d'un état affectif **pénible**, lié à une **séparation traumatisante actuelle ou redoutée**, par rapport à une personne à laquelle l'enfant ou l'adolescent est **attaché.**

Quand il y a rupture d'un lien d'attachement, chacun de nous est atteint en plein cœur : il y a perte, frustration, deuil, souffrance, ce que nous cherchons à éviter... Cette souffrance est pourtant inévitable, puisque nous sommes des êtres de relation, faits pour la communion et non pour la rupture.

Parce que l'enfant, au début de sa vie, ne peut comprendre, faute de conscience de raison, certaines séparations risquent d'être vécues par lui comme un **abandon**, une perte subite et totale de l'amour qui lui est aussi nécessaire pour vivre, que la nourriture et l'oxygène.

Comment pourrait survivre, vivre, un petit enfant abandonné, ou qui se croit abandonné, puisqu'il est **totalemment dépendant** de ceux qui s'en occupent ???

Pour un jeune enfant, la séparation est donc vécue comme un abandon et celui-ci est ressenti comme une **menace de mort**. S'il se croit abandonné, c'est donc une **véritable angoisse de mort** qu'il éprouve ! Celle-ci sera d'autant plus intense qu'elle interviendra plus tôt dans sa vie, et qu'elle durera plus longtemps. Je pense, en particulier, aux séjours en couveuse et aux enfants qui sont séparés de leur mère biologique dès la naissance.

A partir de cette première expérience de séparation traumatisante, **toute séparation ultérieure**, toute situation présentant une **analogie** avec la première expérience douloureuse, va provoquer un renforcement du blocage et des réactions liées à la souffrance initiale. L'enfant pourra donc éprouver une angoisse de mort, même si, ayant alors atteint l'âge de raison, il comprend intellectuellement que sa vie n'est pas en danger. L'angoisse est nouée et lovée dans ses tripes. Il ne peut la gérer et réagir d'une façon raisonnable.

Nous verrons plus loin quelques unes de ces situations traumatisantes que peuvent vivre certains enfants et qui, parfois, peuvent nous paraître à nous adultes, anodines, et sans conséquences, que nous ne comprenons pas.

Globalement, que se passe-t-il après une séparation vécue dans les premières années de la vie comme une petite mort ?

L'enfant est touché, blessé intérieurement.

Ses réactions vont alors dépendre d'un certain nombre de facteurs liés à son tempérament, donc à son hérédité,

à son âge (avant ou après l'âge de raison)

à l'événement lui-même, et à la façon dont ses parents et son entourage l'aideront à reprendre confiance dans la vie, au-delà de la blessure et de la souffrance,

et enfin à sa liberté propre car les tout-petits, dans leur conscience d'amour, sont déjà capables de choix dans le sens de la vie ou non.

Plusieurs types de réactions sont possibles après une séparation traumatisante dans la petite enfance.

- Dans le meilleur des cas, et c'est fréquent, rien de visible ne se produira. Rien ne semble changer. L'enfant sera seulement fragilisé. Ce n'est qu'après une ou plusieurs séparations douloureuses que pourront, éventuellement, se manifester des troubles ou des réactions inadéquates.

Mais il arrive que la blessure entraîne plus qu'une fragilisation : 2 types de réactions sont alors possibles, aux antipodes l'une de l'autre.

- L'enfant refusera, désormais, de quitter celui ou, plus généralement, celle dont il s'est cru abandonné : sa mère, en général. Toute séparation sera vécue comme un drame et il mettra tout en oeuvre pour l'éviter. Il n'a plus confiance. Il veille, surveille, s'accroche, et il s'y accrochera de bien des manières, souvent subtiles. Toute nouvelle séparation est vécue comme un drame et il fait tout pour l'éviter. Ces enfants ont tendance à cultiver la relation fusionnelle.

- ou bien, puisqu'il ne peut plus, désormais, compter sur une relation fiable - sa confiance étant ébranlée -, il ne s'attachera plus, et refusera toute dépendance d'amour, toute confiance en l'autre, toute relation stable ; il se débrouillera seul dans la vie, à la force du poignet. Cela lui évitera de souffrir - pense-t-il - au cas où il serait de nouveau abandonné, puisqu'il n'est plus réellement attaché.

Nous allons voir maintenant quelles sont les séparations ou les situations qui **risquent** d'être vécues comme un abandon et de provoquer une angoisse de mort avec répercussion sur le comportement ultérieur de l'enfant et de l'adolescent.

Je suivrai chronologiquement le processus du développement de l'enfant, en m'arrêtant à quelques unes des étapes importantes qui peuvent comporter des risques.

Vous êtes les « parents pour toujours » de ces enfants que vous avez attendus bien plus de 9 mois dans vos cœurs. Ces enfants que vous avez accueillis dans votre foyer, sont des enfants particulièrement vulnérables, car ils ont été fragilisés par une douloureuse rupture au début de leur vie. Il faudra que vos enfants acceptent cette douloureuse réalité : avoir été séparés de leur mère biologique, de leur famille de naissance, de leur culture, etc., pour qu'ils puissent eux-même, à leur tour, adopter leurs parents, leur famille, leur nouvel environnement culturel. Mais s'ils sont plus fragilisés, au départ, l'amour et la patience de ceux qui sont leurs «parents pour toujours», viendront à bout de bien des difficultés qui pourraient se manifester.

Rappelez-vous que s'il n'est pas toujours possible de **prévenir ou d'atténuer** les difficultés liées aux situations vécues comme un abandon, les blessures qui n'ont pu être évitées, peuvent être **soignées**. C'est un message **d'espérance** que je voudrais vous transmettre, mais cette espérance nécessite de bien **connaître et de bien comprendre** ce qui se passe dans la psychologie d'un enfant pour que nous, parents, ou éducateurs, nous agissions, et réagissions de façon ajustée.

Commençons par le commencement de la vie humaine !... et le commencement, ce n'est pas la naissance ! Notre histoire à chacun de nous commence à **la conception**, comme me l'ont dit spontanément de très jeunes enfants, en réponse à ma question : «Où étais-tu avant ta naissance ?». Plusieurs de ces petits ont répondu : «J'étais dans le Cœur de Dieu».

Il me semble, mais je n'engage que moi, que cela signifie qu'au moment de la conception, de notre création, nous faisons très fortement l'expérience de la Vie et de l'Amour. Nous en sommes marqués profondément dans ce que le Père Thomas Philippe (Cofondateur de l'Arche avec Jean Vanier) appelle la «**Conscience d'amour**». Celle-ci existe dès le début de notre vie ; elle est sensible à tout ce qui est amour ou non-amour, mais elle n'est pas tempérée par la **conscience de raison** qui ne commencera à se développer que beaucoup plus tard. La conscience d'amour est plus intelligente que l'intelligence intellectuelle, car elle est en prise directe avec Dieu. Donc, tout ce que l'enfant va vivre dans sa sensibilité, va être perçu et enregistré dans sa conscience d'amour et n'est décodé que par rapport à l'amour, comme s'il avait un «thermomètre d'amour», seul instrument à sa disposition pour mesurer la seule réalité dont il a l'expérience : l'amour. Si ce qu'il ressent est agréable, (- sa mère l'aime, elle est heureuse, reposée -) il se sent aimé. Si ce qu'il sent est désagréable, (- sa mère est soucieuse, angoissée, fatiguée, ou bien il est, oublié, voire rejeté) il va se sentir moins aimé, peut-être non-aimé. Il souffre déjà.

Nous naissons **tous** fragilisés par ces premières souffrances, et ceci, plus ou moins selon la façon dont notre mère a vécu sa grossesse.

Pour les enfants confiés ensuite à l'adoption, on peut imaginer que bien des souffrances ont pu s'inscrire déjà, lors de la gestation.

On comprend combien il faudra d'amour, ensuite, pour combler un peu de ce manque d'amour qu'ils portent dans leur cœur.

Nous arrivons à la **naissance**.

Je ne m'appesantirai pas beaucoup plus sur cette étape, sinon pour dire que c'est la première séparation et le premier grand changement qui se présentent pour l'enfant. Nous avons vécu, en principe, 9 mois dans un univers très protégé, en fusion avec notre mère. Nous ne connaissons qu'elle, nous sommes attachés à elle, dans tous les sens du terme.

La séparation est physique, mais il est souhaitable que le lien affectif soit préservé. Il est difficile d'accoster **seul** sur une nouvelle planète où tout est différent de ce que l'on a connu jusque là ! c'est une véritable épreuve qui est atténuée lorsque la maman, le seul être connu du bébé, peut le rassurer, le sécuriser, lui témoigner de l'amour.

Il n'est pas certain que vos enfants aient pu recevoir les marques d'amour et de sécurité dont ils auraient eu tellement besoin, lors de leur arrivée. Encore un

manque...Mais bien d'autres naissances font éprouver des manques aux enfants. Je pense à ceux qui naissent par césarienne, à ceux qui sont séparés de leur mère aussitôt nés et mis dans une couveuse, etc. Bien souvent, cela provoque des angoisses et des troubles du comportement. Mais tous ces enfants peuvent être consolés et rassurés ultérieurement. Le plus tôt sera le mieux, mais même bien des années plus tard, on peut intervenir et soulager l'enfant qui continue à souffrir d'une séparation d'avec sa mère, au moment de la naissance. Il n'est jamais trop tard !

Exemple d'Anne qui lisait des livres d'horreur, « Pour ne pas s'endormir ». Or elle souffrait d'une forte angoisse de séparation qui causait de gros troubles du sommeil. Elle avait été emmenée de la maternité à un autre hôpital aussitôt après sa naissance, sans même que sa mère ait pu la voir.

Je ne parlerai du **sevrage** que pour mémoire, simplement pour vous faire sentir comment fonctionne la conscience d'amour du tout petit. Un arrêt brusque, et donc, non préparé, de l'allaitement, peut être vécu par le bébé comme un arrêt de l'amour maternel.

Voilà un exemple typique de sevrage traumatisant aux conséquences bien lourdes : *Histoire de Martin, « le bébé hurleur », depuis son sevrage imprévu, à la suite d'une maladie infectieuse de sa mère.*

Dans l'idéal, il est souhaitable que l'enfant reste avec sa mère durant les premiers mois, mais ensuite, les occasions peuvent se multiplier peu à peu, et d'autant plus si la mère a une activité professionnelle.

L'enfant se construit à partir de liens d'attachement, et ceux-ci doivent être d'une grande stabilité. L'enfant a besoin **de permanence dans ses liens d'attachement**. Cela favorise le sentiment de sécurité et la confiance dans la vie, donc la confiance en soi.

Il a besoin que ce soit toujours, ou presque, la même personne qui s'occupe de lui ; besoin de vivre dans les mêmes lieux, de ne pas être emmené à droite et à gauche. Son équilibre dépend de la stabilité de ses points de repère.

Aussi, beaucoup des enfants qui vous sont confiés, ont-ils souffert de ruptures dans leurs liens d'attachement : dans les institutions où ils ont séjourné plus ou moins longtemps, plusieurs personnes, bien souvent, se relaient, se succèdent, pour donner les soins aux enfants. Ce n'est qu'en arrivant dans votre foyer qu'ils vont enfin trouver la sécurité et la stabilité.

Il sera bon de leur dire que vous êtes leurs parents pour toujours, que le début de leur vie a pu leur faire croire que tout changeait tout le temps, qu'il valait mieux ne s'attacher à personne pour ne pas risquer de souffrir des ruptures ? mais que maintenant ce sera différent. etc.

Pour les enfants que vous accueillez et dont les mamans restent à la maison, il sera intéressant d'utiliser de temps en temps la **garderie** qui est un très bon moyen d'apprentissage des séparations. Mais seulement à partir du moment où l'enfant est bien habitué à ses « parents pour toujours », à son nouvel environnement, à son nouveau mode de vie. Et à condition de **préparer** cette nouvelle étape de garde à la crèche ou à la garderie, ou même chez soi avec une nounou.

Toutes ces situations se **préparent** !

Avant tout, lui faire faire progressivement connaissance avec les personnes et les lieux dans lesquels il va désormais passer une partie de sa vie, ou quelques heures. Comme toujours, parler et dire ce qui va se passer, les sentiments (tristesse, insécurité, etc.) qu'il a le droit d'éprouver ; rassurer l'enfant sur la permanence de l'amour de ses parents. Lui dire qu'on reviendra le chercher. Ne jamais le quitter pendant qu'il dort ! A moins de lui avoir dit qu'à son réveil, c'est telle personne déjà connue qui sera là.

Faire tout son possible pour éviter les changements de nourrice, car l'enfant qui s'attache à cette dernière souffre souvent beaucoup de la séparation d'avec celle-ci.

Les parents ont besoin de prendre un temps pour eux, de loisir, de ressourcement, ou pour d'autres raisons, et ne peuvent pas emmener bébé qui sera bien mieux à la maison, ou confié à une grand-mère ou une amie.

C'est normal et, bien sûr, possible ! Mais si le bébé, ou le tout petit, est confié durant plusieurs jours à une personne qu'il connaît peu ou pas, et de surcroît, dans une maison qu'il ne connaît pas davantage, ne vous étonnez pas si au retour de ses parents, il manifeste par ses réactions, qu'il a mal vécu cette séparation !

Il y a des parents qui ne reconnaissent plus leur enfant, à leur retour, tellement son comportement a changé... Ce sont des absences qui n'ont pas été préparées et qui sont trop douloureuses à vivre : ce sont de véritables catastrophes. L'enfant, quelque soit son âge, n'est pas un paquet que l'on reprend après un séjour dans une consigne.

Exemple de Frédéric, laissé 15 jours, tout petit, chez amie inconnue (RND). Il accepte de venir me voir après que sa mère lui ait parlé et dira : «C'est la 1ère fois de ma vie que j'entends quelque chose qui m'intéresse». Il avait vu, en vain, tous les psy possibles.

Nombreux sont les enfants qui vivent très mal **l'entrée à l'école**, étape particulièrement importante dans la vie, et qui implique évidemment une nouvelle séparation. Nombreux encore, sont ceux qui, plus grands, et même très grands, manifesteront par des troubles divers et variés, comme une sorte d'allergie à l'école.

Que se passe-t-il ? Ce n'est pas forcément l'école qui est en cause, mais l'angoisse de séparation.

Si les troubles ou les difficultés persistent, il est impératif d'aider l'enfant. Il ne guérira pas tout seul de cette ancienne blessure qui a été réactivée à l'occasion de la scolarisation ou qui ne s'est manifestée qu'à ce moment là.

Cette situation est l'aboutissement d'une succession de fragilisations, et, -ou-, de séparations mal vécues lors des étapes précédentes. L'enfant ne souffrait pas de troubles vraiment importants et on n'avait pas jugé bon d'y remédier. L'entrée à l'école va faire «flamber» la blessure déjà existante.

Les réactions sont parfois extrêmement fortes, chez certains petits enfants, mais aussi chez quelques grands : hurlements quotidiens, troubles du sommeil, de la nutrition, maux de ventre, dépression, maladies bénignes à répétition, asthme ou eczéma, incapacité à se concentrer entraînant l'échec scolaire, pour n'en citer que quelques unes.

Il s'agit de commencer par chercher à comprendre l'enfant en difficulté et compatir à sa souffrance. Ensuite, on pourra le rassurer et l'encourager à vaincre la difficulté.

Si la situation n'évolue pas, il est conseillé de faire appel à une aide extérieure.

L'école est un excellent révélateur de l'Angoisse de Séparation et permet d'intervenir à un âge où la guérison est généralement assez facile et assez rapide à obtenir.

N'attendons pas que des troubles graves se manifestent pour prendre en considération l'angoisse de séparation qu'éprouvent nos enfants. Ce n'est pas seulement par ce qu'ils souffrent et nous font souffrir par leurs réactions, mais aussi, parce qu'ils risquent de rester bloqués dans leur développement affectif, à l'âge où s'est produite la séparation qui n'a pas été «digérée». Si nous voulons qu'ils atteignent leur maturité, nous avons à les aider ou à les faire aider.

Maintenant, je voudrais parler très brièvement du **rôle des pères**, dans le processus de séparation.

Il est normal que durant les premières années de sa vie, ce soit principalement la mère qui s'occupe de l'enfant. Cet attachement qui est réciproque est un gage de bonne santé psychique pour l'avenir, dans la mesure où la mère a aidé son enfant à accepter progressivement les petites séparations normales de la vie. Pour que l'enfant continue son développement affectif et devienne adulte, il faudra trancher dans la relation mère-enfant, et c'est au père que revient ce rôle. On dit qu'il est le «séparateur».

Cette séparation n'est pas un acte de cruauté ! c'est une nécessité bénéfique pour la croissance de l'enfant. Mais, là encore, il ne s'agit pas de trancher dans le vif du lien mère-enfant, un beau jour, aux environs de 7 ans ! Cela se fait **progressivement** entre 3-4 ans, et 7 ans environ, au maximum. Et, pour que cela puisse se faire, encore faut-il que le père ait pris sa place dans la vie de l'enfant, dès le début ...

C'est lui, le père, qui a le sens du réel, qui donne la loi, des limites, des repères, initie au combat de la vie, tourne l'enfant vers l'extérieur. Chacun des deux parents a un

rôle différent et ces rôles ne sont pas interchangeables. Chacun doit rester dans son rôle et dans l'harmonie conjointe.

C'est donc vers 7 ans que l'enfant «passe de la mère au père». Tous deux, la mère et l'enfant, ont à y consentir, et même, c'est à la mère de «désigner» le père à son enfant.

Ce passage peut être ressenti comme une séparation : séparation d'avec un monde plus douillet, d'avec sa petite enfance. Il s'agit de se tourner vers la vie adulte, vers l'avenir ! Pas de croissance possible si l'enfant reste accroché aux jupes de sa mère ! Pas de croissance non plus, si mère et enfant «s'accrochent» tout le temps entre eux, l'enfant essayant de dominer sa mère par d'incessants caprices...

L'enfant dont le père est proche et avec lequel il partage quelques activités, prendra plus facilement la juste distance par rapport à sa mère, et pourra ainsi poursuivre sa croissance affective.

L'importance du père fait que pour certains enfants, l'angoisse de séparation va se manifester par rapport au père, notamment lorsque celui-ci voyage beaucoup, est longtemps absent, et a fortiori si sa profession comporte des dangers : **militaires ou gendarmes** sur des théâtres d'opération. Là encore, c'est par la parole, la parole vraie qui permet à l'enfant d'avoir une juste évaluation de la situation réelle, qui ne le laisse pas l'enfant dans son imaginaire, que l'on pourra l'aider à mieux vivre ce genre de séparation. Encore faut-il qu'auparavant, nous ayons pu le rejoindre dans les émotions qu'il éprouve, que nous ayons pu sincèrement compatir.

Ce n'est pas d'une vraie séparation dont je voudrais vous parler, maintenant, mais d'une réalité heureuse qui très fréquemment, est vécue comme une séparation éprouvante et qui perturbe beaucoup et, souvent longtemps, un grand nombre d'enfants que je reçois. Je veux parler de **la naissance du petit frère ou de la petite sœur, ou de l'arrivée au foyer d'un nouvel enfant.**

Bien sûr, c'est un événement qu'il s'agit de préparer et toutes les familles le font et le font bien. Cependant, ne nous étonnons pas d'entendre un petit Thomas de 4 ans, dire à sa grand-mère, en sortant de la maternité où il venait de voir sa maman avec son petit frère tout juste né : « Dis, Bonne-maman, maintenant que Clément est né, qui est-ce qui va être ma maman à moi ? ». Comme si Clément lui avait volé sa maman et l'avait rendu orphelin !...On entend encore certains enfants dire que le petit a été accueilli pour le remplacer, lui, le grand, qui n'est certainement pas bon...

Le dernier d'une famille, tant qu'il est le dernier, croit qu'il a sa maman pour lui tout seul et pour toujours, qu'il est le **centre** de la vie de sa mère. La réalité qu'il découvre en même temps que le nouveau venu, le frappe de plein fouet. Non seulement il imagine qu'il devra partager l'amour de ses parents, comme on partage un gâteau,... et plus on est nombreux, moins on en a ! Mais, il lui arrive parfois de croire que ses parents ont eu un bébé pour le remplacer, lui... Le drame !

Toutes ses fragilités quant à l'angoisse d'abandon trouvent le terrain propice pour se démultiplier et les conséquences, vous les connaissez aussi bien que moi, pour celles qui sont visibles, car c'est une situation extrêmement fréquente.

Alors, que faire devant les réactions souvent pénibles, parfois inadmissibles de ces enfants qui se croient abandonnés ou remplacés, ou moins aimés ?

Toujours, la même chose... les rassurer sur l'amour qui ne leur manquera pas du fait de l'arrivée du nouveau venu. Les papas et les mamans ont autant de cœurs pleins d'amour qu'ils ont d'enfants. Le nouvel enfant n'a pas besoin de prendre de l'amour dans le cœur qui est réservé à l'aîné. L'amour ne se partage pas, mais se multiplie.

Expérience de la lumière. Exemple de Jésus-Hostie .

En principe, ne pas punir l'enfant qui se montre agressif, ni lui dire qu'il est méchant. Il faut lui dire, par contre, que cet acte est **mauvais et interdit** ; que l'on comprend bien qu'il souffre, qu'il a le droit de se sentir jaloux car, tous, nous voudrions tout l'amour pour nous tout seul ; mais qu'il est possible d'être heureux avec ce que l'on reçoit, plutôt que de se révolter de voir l'autre recevoir, lui aussi de l'amour. Il s'agira de rester calme, patient, ferme et surtout très attentif et attentionné vis à vis de l'enfant qui souffre : tâche parfois très difficile et pour laquelle il peut être utile de demander de l'aide.

En dernier lieu, je ne ferai que citer, pour mémoire, les situations traumatisantes que sont les hospitalisations de l'enfant ou de sa mère ou du père, ou encore d'un autre enfant, ce qui ne permettra pas à la maman de s'impliquer autant qu'elle le voudrait.

(Toux d'un bébé de 6 mois dont le père a été hospitalisé. Cessation du symptôme après explication de la mère).

Bien évidemment, il y a aussi les deuils, veuvages, remariages, divorces...

Conclusion.

Nous avançons de séparation en séparation, d'attachement en de nouveaux attachements qui ne seront possibles que si nous acceptons de commencer par nous détacher. Si nous franchissons ces étapes successives, nous évoluons, mûrissons et goûtons le bonheur de vivre. Au terme de notre parcours, nous serons enfin libres pour nous attacher totalement et définitivement à l'Amour, avec un grand A, qui, Seul, peut nous combler.

Mais cela suppose que nous **acceptions la souffrance qui est liée** à beaucoup de séparations. Une certaine maturité est nécessaire, que n'ont pas les enfants. Ils n'ont pas comme nous, adultes, l'usage de leur conscience de raison et leur conscience d'amour est particulièrement vulnérable. Il est donc important de les

accompagner avec beaucoup d'amour dans le difficile apprentissage des séparations. Cela leur permettra de mûrir et d'être heureux.

Surtout, ne pas leur éviter les séparations : sans séparation, il n'y a pas d'apprentissage possible de l'autonomie et de la vie. Veiller à les y habituer très graduellement, en fonction de leur âge, de leur tempérament, en les y préparant, en les entourant d'amour, en les félicitant quand ils ont franchi une étape et qu'ils ont grandi.

Leur parler avec le cœur pour leur expliquer ce qu'ils vont vivre, ce qu'ils vivent en ce moment. Leur parler vrai, même si la réalité est dure. Mais, surtout, les rejoindre dans leur ressenti, leurs émotions, leurs sentiments, en mettant des mots sur ce ressenti. Le grand psychologue anglais, Winnicott, explique bien qu'un événement qui n'a pu être «parlé», ne peut pas être classé dans le passé et pèse, donc, toujours sur le présent.

Les rassurer souvent sur notre amour, par nos gestes, nos attitudes, et nos **paroles**, surtout s'ils ont une séparation à vivre. C'est alors que l'enfant pourra nous suivre là où nous voudrions l'amener : dans l'acceptation de cette souffrance qui est à dépasser s'il veut grandir.

Ce qui est essentiel c'est que vos enfants puissent toujours avoir confiance en vous, en votre amour indéfectible, même s'il n'est pas parfait, car les parents parfaits n'existent pas ! Si cette confiance a été ébranlée, parfois détruite par un événement douloureux mal interprété par l'enfant, trop jeune pour comprendre, il est possible soi-même ou avec de l'aide, de rétablir cette relation de confiance.

Un enfant qui a confiance en l'amour de ses parents, ou qui retrouve cette confiance, peut avoir confiance dans la vie. Il regardera, alors, droit devant lui et avancera sans même se demander s'il a confiance en lui. La confiance en soi n'est autre, me semble-t-il, que la confiance en la vie qui, elle-même, s'enracine dans la confiance en ses parents. Alors, il ne dira plus par son comportement :

«Maman, ne me quitte pas !». **Il sera heureux !**