

J'AIME

Quel sens donner au mot « Aimer » avec un enfant souffrant de troubles de l'attachement?

De Danielle Marchand, présidente Directrice-générale PETALES Québec, TES

Aimer

« Je t'aime », cette toute petite phrase si intense évoque plusieurs sentiments pour nommer que ceux-ci : des sentiments de joie, de sécurité, de plénitude, de bien-être, de tendresse et de confiance. Elle fait aussi appelle à l'engagement, au dévouement et à l'abandon à l'autre. Cette toute petite phrase suppose une relation intime, de proximité réciproque. L'amour, c'est une expérience émotive complexe.

« Aimer et être aimé », c'est aussi un état de satisfaction, un état d'être et un état de bonheur. L'amour est un mouvement affectif spontané vers un être qui nous procure une satisfaction. On peut même éprouver de l'amour lorsqu'on a encore espoir d'un état de bien-être et d'une possibilité de bonheur.

Cette petite phrase adressée à un enfant prend un sens particulier. Naturellement, elle suggère l'idée d'un intime attachement affectueux d'un parent envers son enfant. Nous disons souvent « un amour inconditionnel ». Un parent aimant, affectueux, protecteur et intentionné ne peut pas échouer. Un enfant ainsi choyé ne peut pas refuser d'être aimé.

L'amour parental

Aimer son enfant, c'est à la fois un don de soi et un engagement se manifestant quotidiennement par des gestes et des paroles de tendresse. C'est lui porter un regard de bienveillance. À nos yeux et à notre cœur, il est unique. Rien n'est plus important que notre enfant. Nous y trouvons cet état de satisfaction, d'être et de bonheur par la transmission de soi dans l'espoir de son épanouissement. C'est ressentir cette fierté et cette joie intérieure du bâtisseur à l'idée d'en être la source. C'est le guider vers son accomplissement de jeune adulte. C'est le savoir au fil du temps, capable de vivre loin de soi pour un jour le laisser aller vers son ailleurs en toute confiance. C'est lui ouvrir les portes du monde en renonçant à l'exclusivité de son affection. C'est l'aimer et l'éduquer à la vie.

Un lien se tisse

Dès sa conception se tisse les premières mailles de ce lien d'attachement si essentiel à sa survie.

Dès sa naissance, l'assurance de la présence bienveillante de son parent rassure l'enfant et lui témoigne de son amour. Dans cet échange, chacun d'eux se sentira confirmer dans leurs compétences relationnelles. Le parent se reconnaît ainsi aimant et bon éducateur. L'enfant se sent suffisamment en sécurité pour se laisser ainsi aimé et guidé. Il se sait unique, aimable et capable d'aimer.

Dire « Je »

Ces réponses réconfortantes de son parent authentifient son existence et son unicité. Il entend avec douceur son nom. Jour après jour, il puise ainsi ce sentiment si important de sa propre valeur. Il intègre ainsi une confiance de base à la vie, sa sécurité interne. Il apprend à se reconnaître pour mieux se différencier. L'enfant est en mesure de ressentir tout le sens du mot « Je » et de pouvoir le dire.

Dire : « Je t'aime »

Une tendre relation affectueuse se vit en toute confiance dans une intime proximité. Accepter cette proximité émotive signifie se rendre vulnérable à l'autre. Il s'agit d'ouvrir son intérieur en donnant un certain pouvoir à l'autre sur soi.

S'abandonner à l'autre en toute confiance.

**Prendre un enfant par la main
Pour l'emmener vers demain,
Pour lui donner la confiance en son pas,
Prendre un enfant pour un roi.
Prendre un enfant dans ses bras
Et pour la première fois,
Sécher ses larmes en étouffant de joie,
Prendre un enfant dans ses bras.**

de Yves Duteil

Ces paroles de chanson image cet amour parental. Nous souhaitons tous pouvoir vivre et partager ces tendres émotions avec notre enfant.

Nous espérons vivre un échange relationnel sur la base de la confiance, vécu librement et intimement. Les voir s'épanouir, nous réconforte nous permettant tous les espoirs.

S'attacher pour mieux se détacher par le fait d'ancrages solides

Cet échange relationnel nous procure ces états de satisfaction, d'être et de bonheur. Assurés de son attachement, au seuil de sa majorité, nous le savons prêt à nous quitter vers son ailleurs.

Un lien d'attachement fragilisé

Cependant, si au départ, il y a une histoire tourmentée d'attachement. Si pour diverses raisons, cette base de sécurité interne lui fait défaut. L'échange relationnel s'avère tout aussi tourmenté. Pour cet enfant présentant des troubles de l'attachement, une trop grande proximité affective réactive les blessures du passé faisant ressurgir son état d'insécurité. Sur la base de la survie, il tente de s'adapter à un monde relationnel jugé à ces yeux hostile. L'abandon à l'autre le rendra beaucoup trop vulnérable le mettant ainsi en danger. Il peut être à la fois avide d'affection et repousser tous les gestes d'amour de sa figure d'attachement. Porteur de carences affectives, il a cette urgence incessante d'être rassuré sans jamais ressentir un apaisement.

Pour d'autres, cela peut être aussi la fuite ou l'attaque afin d'éviter toute intimité affective. « Vaut-mieux ne pas être aimable pour ne pas avoir à aimer ». Instables, ils ressentent de la tendresse une source continuelle de douleur et d'angoisse dont ils doivent absolument se protéger. Dans leur rapports affectifs, ils adoptent des comportements très possessifs et contrôlants. Une relation fusionnelle malsaine peut devenir très envahissante. D'autres enfants plus atteints, semblent non attachés comme dans une dérive relationnelle sans repère. Ils semblent alors incapables de reconnaître le parent aimant. Cet échange relationnelle gâché par des rapports de pouvoir et de domination rend insoutenable cette relation autant pour les enfants que pour les parents.

Ces enfants donnent l'impression de ne pas savoir aimer ou être aimés.

Cet enfant, là devant....

Il y a cet enfant blessé sur notre chemin qui crie sa souffrance et craint qu'on l'entende.

Il y a cet enfant au cœur brisé dont nous voudrions bien avec amour et espoir recoller les morceaux.

Il en manque toujours des morceaux bien cachés au fond de son abîme.

Lui seul pourrait les trouver mais ce serait au péril de sa vie.

C'est ce que croit cet enfant tout au cœur de son être en souffrance.

Revêche, il fuit l'affection et tout geste de tendresse.

**Rigide, il brave et confronte la main tendue de l'autre.
Il sait par instinct où frapper. Là, où il croit avoir le plus de pouvoir,
directement au centre de nos cœurs et de nos espoirs.
Il nous éloigne peu à peu, assuré ainsi d'échapper
à notre amour et à notre affection.**

Aimer ces enfants présentant des troubles de l'attachement, c'est...

Aimer ces enfants présentant des troubles de l'attachement sous-tend un état d'être déroutant. Nous devons accepter un seuil à ne pas franchir imposé par ces enfants. Ils nous demandent ainsi de respecter leurs limites relationnelles. Ils sont effrayés devant une trop grande proximité affective. Le parent doit se retenir de démontrer une trop grande tendresse. Les gestes d'affection sont filtrés pour ne pas affecter cet échange relationnel si instable. S'abandonner à l'autre, c'est se rendre vulnérable et perdre tout contrôle sur l'autre, ces enfants en sont convaincus profondément. Alors, agir de manière à s'éloigner d'une relation de proximité leur procure une illusion de protection. Une illusion à laquelle s'accrochent ces enfants rétifs.

Être le parent d'un enfant présentant des troubles de l'attachement, c'est devoir être un bon éducateur dans un contexte où l'enfant nous défie de tout. Le don de soi et la transmission de soi sont souvent confrontés à une réaction de non-recevoir de la part ces enfants. Notre sentiment de compétence à aimer et à éduquer est mis à rude épreuve au point de nous en faire douter jusqu'au désarroi. Les ancrages ne s'édifient pas ou peu et en tout temps, ils peuvent se rompre.

Le rejet de tous gestes d'amour, cela déstabilise. Ils nous blessent bien involontairement là où sont nos propres fragilités. Il y a risque de se piéger dans un cercle vicieux infernal. Nous sentons à la fois si près et si loin de ces enfants déterminés à se rendre inaccessibles au profond de leur être. L'issue peut-être dramatique et même fatal.

Dans un tel contexte, se poser la question « Est-ce que je l'aime ? » génère des sentiments bien contradictoires. Inconfortables dans cette relation complexe, nous arrivons même à douter de notre amour. Tout au moins, nous le questionnons jour après jour. Nous arrivons difficilement à trouver cet état d'être, de bonheur et de satisfaction.

« Le souhait de jours meilleurs, peut-être, car nous gardons longtemps espoir d'un état de bien-être. Nous espérons découvrir le moindre petit indice d'un potentiel de bonheur.

La direction à prendre

Devant un tel dilemme, quelle voie prendre pour atteindre ces états légitimes d'amour ?

Comment se retrouver dans un état de satisfaction par le fait du don de soi et de la transmission de soi confrontés à des enfants si déterminés à faire fi de ce que nous sommes ?

Il nous faut établir des objectifs à la mesure des capacités et des limites de notre enfant et des nôtres. Il nous faut inévitablement réviser nos attentes. D'autres facteurs de comorbidités peuvent aussi s'ajouter à la complexité de la problématique des troubles de l'attachement. Il peut s'agir entre autre du déficit d'attention avec hyperactivité, du syndrome d'alcoolisation fœtale, de trouble psycho neurologique et sensorielle, de traumatismes précoces de graves négligences et de maltraitance, de troubles anxieux, de troubles de conduites ou de psychopathologie. Ces enfants manifestent leur mal d'être par des comportements énigmatiques. Complexes, il importe d'en connaître la réelle signification pour en découvrir leur source et leur fonction. Qu'est-ce qui se cache derrière leurs comportements si déroutants ? Qu'est-ce qu'ils tentent désespérément à nous dire ? La rencontre parfois brutale de notre rêve de l'enfant avec la réalité de cet enfant bouscule tout.

Il y a nécessairement un cheminement de deuil à faire. Il nous faut découvrir ce seuil dont nous ne devons surtout pas en forcer l'accès. Il nous faut vivre cette relation dans les limites imposées de la proximité affective. Puis, il nous faut envisager une relation basée sur une approche empathique où une distance émotionnelle est essentielle et salutaire. Il faut être en mesure de reconnaître notre propre profil d'attachement, nos fragilités et nos blessures d'enfance pouvant influencer sur notre mode de relation avec notre enfant. Il nous faut inévitablement réviser nos attentes et réajuster nos projections d'avenir en fonction du réel potentiel de notre enfant. Ce parcours de vie avec notre enfant prendra un tout autre sens.

« Construire la sécurité interne »

Il faut en tout premier lieu le sécuriser dans un cadre de vie contenant. Les principes de base sont la constance, la prévisibilité et la cohérence. Il faut savoir être le miroir de leurs émotions afin de leur permettre peu à peu de les ressentir et de les nommer. Il faut développer des stratégies d'intervention nous évitant le piège du perdant-gagnant : *sortir des enjeux de contrôle et de pouvoir*. Il faut intuitivement doser les encouragements et les compliments afin de contrer leurs mécanismes de brisure du lien.

Aimer un enfant présentant des troubles de l'attachement c'est entreprendre un laborieux cheminement pour maintenir notre équilibre psychique. Ce cheminement obligé demande d'être bien accompagnés. Une guidance parentale pour tenir la route est incontournable.

Une voie à prendre inattendue et inhabituelle, une voie qui nous semble si peu naturelle. Cela peut légitimement très bien nous désarçonner. Nos propres points de repères ne nous indiquaient pas cette direction. Il nous faut apprendre, connaître et agir autrement pour retrouver :

***Un état de satisfaction, un état d'être, un état de bonheur
et enfin un sens au mot « Aimer »***

Sources :

Mme Michelle Saint-Antoine, Article, *Les principes généraux de traitement des enfants en trouble d'attachement*

Mme Claude Halmos, *Pourquoi, l'amour ne suffit pas, aider l'enfant à se construire*, Éditions Nil, Paris, 2006

M.Yves St-Arnaud, *J'aime, comment garder l'amour longtemps*, Éditions de l'homme, Montréal, 2006

Vivien Prior et Daya Glaser, *Comprendre l'attachement et les troubles de l'attachement*, Éditions de Boeck, Bruxelles, 2010