

Le génie des parents



L'enfant et son père sont dans la pièce de séjour. Elle joue, il lit en prenant parfois quelques notes. A un moment, le père se lève et se dirige vers la porte. La petite sursaute : « Tu vas où ? » - « Chercher un carnet » - « Où ça? Dans ton bureau ou dans la chambre ? » - « Sur mon bureau. » - « Et puis tu reviens ? » - « Oui, je reviens tout de suite ».

La petite fille retourne à ses jeux.

Si un papa nous livre en réunion de paroles cet incident qui semble anodin, c'est parce qu'il en a compris l'importance et la manière d'y réagir. C'est aussi qu'il a compris que cette anecdote est pleine d'enseignements pour tous les parents.

Quelques temps auparavant, la fillette avait assisté à une scène très violente qui avait failli mettre sa mère en danger. Depuis, elle se réfugiait souvent dans des attitudes de très petite fille, de bébé inquiet au moindre changement.

En d'autres circonstances peut-être, le père aurait répondu « Ne fais pas le bébé, à ton âge, tu sais bien que je ne vais pas m'envoler ». Mais ici, ce père avait compris que pour se ressaisir, sa petite fille devait, un certain temps « faire le bébé » et retrouver ses marques sécurisantes avant d'être à nouveau capable de poursuivre son évolution normale.

Sans s'étonner, il répond donc au bébé qui veut l'assurance que son père reste bien à sa portée, qu'il ne va pas se retrouver seul.

Le père ne dit pas non plus : « N'aie pas peur », il ne remet donc pas l'angoisse en scène. Simplement il consolide la sécurité ébranlée de sa petite fille : je suis là, je reste là même si je suis dans la pièce à côté, je ne suis pas loin et je reviens. Tu n'es pas seule. Tout cela s'inscrivait dans ces quelques réponses : « Je vais chercher un carnet » « sur mon bureau » « et je reviens ».

Le père retient ainsi son enfant au bord de ce précipice que peut être un bref instant de solitude quand un enfant (ou même un adulte) qui vient de vivre un événement effrayant auquel il ne peut pas encore donner de sens, se trouve pris dans un vertige et cherche désespérément, souvent maladroitement, à s'accrocher.

Exprimer sa peur de bébé, c'est un moyen de survie psychique, d'appel à l'aide. Reconnaître à ces moments-là, le bébé dans l'enfant, l'adolescent ou même l'adulte, c'est notre tâche de parents sécurisants même si de l'extérieur cela peut sembler « exagéré » et même carrément condamné comme parents trop envahissants (mères poules !)

Reconnaître le bébé quand il surgit dans nos enfants insecure, et, sans angoisse, leur donner à ces moments-là un berceau plutôt qu'une moto, comme le dit si bien Niels Peter Rygaard ⁽¹⁾ c'est sécuriser nos enfants, leur permettre de dépasser des situations difficiles, consolider leur base fragile pour qu'ils puissent petit à petit retourner moins souvent à ce stade de bébé effrayé qui appelle.

C'est une tâche très délicate, où l'erreur est toujours prête à s'emparer de nous. C'est pour cela que l'apprentissage en groupe de l'observation de nos enfants particuliers nous permet d'avancer petit à petit et de mieux comprendre quand nous devons accepter « le retour du bébé » ou quand au contraire, il faut le prendre fermement par la main et lui dire : « allez courage, on saute ensemble ».

Pour quelqu'un qui n'a pas pu construire sa sécurité interne ou qui en a une ébauche vacillante, tout changement est menaçant. Un simple papier à votre nom posé sur le buffet peut être lourd de menaces. Il s'en saisira, non par curiosité mais pour vérifier qu'il ne contient aucun danger. Non pour vous en déposséder, mais pour le « déposséder » en quelque sorte du danger qu'il pourrait contenir et cela même s'il ne sait pas encore lire. Allez donc lui apprendre à respecter le courrier privé tant qu'il n'a pas en lui de sécurité interne et que donc il doit tout contrôler pour se protéger !

C'est impossible.

Bien sûr, il faut le lui interdire mais tout en sachant qu'il est encore incapable d'obéir. Ici aussi nous retrouvons Niels Peter Rygaard : « **Ce n'est que quand vous connaissez suffisamment un enfant atteint de troubles de l'attachement que vous réalisez que ses phrases cognitives élaborées ne sont que l'imitation comme un perroquet du langage adulte, que l'enfant peut répéter de bonne grâce n'importe quelle règle ou norme morale ou sociale, mais qu'il ne peut mettre en pratique même la plus simple d'entre elles.** » ⁽²⁾

Il y a aussi tous ces objets qu'il doit désarticuler, « désensorcelé » en y appliquant sa marque, en les touchant ou les brisant par impulsivité, maladresse ou exprès. Le punir deviendrait alors pour lui une maltraitance, ce serait le punir de se protéger, sans lui laisser d'issue de secours. Mais comment savoir si la limite que l'on met protège ou enferme la peur et alors prépare son explosion quand le plus petit élément encore inconnu de sa vie peut matérialiser les fantômes de son insécurité interne ?

Le sentiment d'être celui à qui tout et tout le monde veut faire du mal, c'est ce sentiment-là qui l'a construit, identifié tout petit quand il a perdu sa protection fondamentale ou quand il a cru en ressentir la perte parce que ses sens n'étaient pas arrivés à maturité suffisante pour comprendre la protection dont il bénéficiait, le temps d'un événement surgi entre lui et sa figure d'attachement principale, sa protection, sa survie.

J'en suis à cette réflexion et dans le jardin, une mésange s'active à se nourrir d'insectes presque invisibles sur le



tronc de l'érable. Avez-vous déjà observé une mésange ? Cet oiseau, si joli, si fragile et si « hyperactif ». Sa tête bouge tout le temps, occupé à se nourrir, il regarde de tous côtés en mouvements survoltés, fébriles, attentif à ce qu'aucun danger ne survienne. Pris d'une vivacité démesurée pour un si petit corps.

C'est ça aussi l'hyperactivité : ce besoin de tout voir et de tout savoir tout le temps pour se protéger soi-même parce qu'on ne croit pas que quelqu'un d'autre le fera pour nous. La confiance ne s'est pas construite. Même quand nous parvenons à construire cette confiance chez un de nos enfants en difficultés, elle peut être ébranlée par un événement dont nous ne sommes pas maîtres ou par un acte que nous avons posé, qui nous semblait normal mais dont nous n'avions pu mesurer l'impact pour cet enfant-là.

C'est tout cela que ce papa avait compris en nous racontant l'histoire de sa petite fille redevenue bébé le temps de se réassurer et de retrouver confiance en ses figures d'attachement principales. Et c'est cela qui est génial, c'est ce qui naît dans les parents qui observent bien leur enfant en difficulté et qui, aidés par la connaissance de l'attachement et de ses troubles, repèrent mieux les moments où il faut reconnaître le bébé et le contenir et les moments où il faut aller de l'avant vers une nouvelle exploration de sa vie. Parce que nous sommes les seuls, chacun, à être capables d'être les parents de notre enfant. Et nous devons nous faire confiance pour cela.

C'est cette première confiance, à reconstruire ensemble, qui permet à certains de nos enfants et qui doit permettre à d'autres, de construire la confiance en nous qui leur est indispensable pour bien grandir.

Bernadette Nicolas

