

LES ENFANTS DU DIVORCE

Article paru dans *Le Jeudi*, 1 Octobre 1998

En quelques années le divorce est devenu un fait de société. Le nombre d'enfants ainsi concernés est devenu rapidement très important ; si cette augmentation a pour avantage de ne plus placer l'enfant de parents divorcés dans une situation exceptionnelle, elle représente toujours pour celui-ci une source de difficultés supplémentaires. Voici donc quelques conseils pour faire face à une période de souffrance psychique qui le rend plus vulnérable.

PARENTS NE VOUS CULPABILISEZ PAS : il convient de distinguer le divorce, procédé juridique, de la mésentente parentale qui précède ce divorce. Il est très rare que l'enfant soit maintenu à l'écart de la mésentente et, habituellement il y participe passivement ou activement : il peut être pris comme témoin ou otage, rendu responsable de la mésentente, ou complice et confident de l'un des parents. On peut lui demander de se substituer à l'un parents, ou de soigner celui qui est déprimé ("enfant médicament "). ***Dans ces conditions, préférer une séparation ou un divorce vaut mieux qu'une mésentente vécue au quotidien.***

PARENTS NE CULPABILISEZ PAS VOTRE ENFANT : l'image du couple uni est particulièrement forte pour l'enfant, garante de la loi . Ce "couple uni" est celui d'une union utopique qui survie à l'expérience perturbante qu'est la séparation parentale : ainsi de nombreux enfants continuent à parler de leurs parents comme s'ils vivaient ensemble (à l'école par exemple). La réaction affective d'un enfant est faite de douleur, de tristesse, mais aussi de colère : il exprime souvent un ressentiment très violent envers l'un des parents, en général celui qu'il estime "fautif" avec l'impression d'avoir été trompé .

Face à la souffrance qu'il éprouve, l'enfant réagit habituellement par un mouvement de culpabilité se sentant ainsi coupable de la discorde et la séparation parentale : il se refuse à prendre partie dans le conflit parental et se culpabilise de choisir l'un plutôt que l'autre. Il convient de rassurer l'enfant avec ces mots à lui en lui expliquant la situation et les causes éventuelles .

Quelque soit votre cas, ***ne laissez jamais votre enfant choisir de vivre avec l'un ou l'autre de ses parents.*** Le poids d'une telle décision sera bien trop lourd à porter pour lui . C'est aux adultes (parents et/ou juge) d'en décider et d'en prendre la responsabilité.

QUE VOUS DIT IL ? Plus le conflit est aigu entre les parents, moins ceux-ci sont disponibles pour écouter leur enfant, moins ce dernier pourra élaborer ses réactions d'angoisse (il en est de même pour les enfants les plus jeunes) : l'enfant peut alors présenter des troubles extrêmement variés tels que : maux de tête, de ventre, vomissements, douleurs diverses, accès d'angoisse, insomnies, troubles

du comportement (vol, fugue), échec ou désintérêt scolaire, état dépressif, etc .

Les effets de cette situation sont variables en fonction de l'âge de l'enfant, de sa maturité et de sa sensibilité.

L'enfant attend un soutien de la part de ses DEUX parents : de sa mère dans la vie quotidienne mais également de son père . Celui-ci se complaît malheureusement dans l'attitude si fréquente du "père copain"; il perd alors l'essentiel de son rôle et de ses fonctions paternelles . Enfin, les troubles sont d'autant plus importants que les visites du père sont irrégulières et imprévisibles : instabilité, agressivité extérieure ainsi que le danger d'une identification négative (identification qui cherche à s'accorder aux rares faits connus ou aux fantaisies que l'enfant a élaboré).

QUE LEUR DIRE ? LA VERITE : au mieux l'enfant conserve ses deux parents mais leurs rôles respectifs subissent de profonds remaniements. Dans les conditions actuelles, la mère en obtient la garde et la responsabilité. Au pire, l'un des parents peut disparaître totalement, celui qui reste ne donnant que des informations parcellaires et le plus souvent négatives sur l'absent. **Alors attention à VOTRE vérité** .

La réaction initiale face à cette nouvelle situation est d'abord l'anxiété, voire l'angoisse, réaction affective qui n'épargne pratiquement aucun enfant : la rupture du cadre de vie habituel, l'éloignement d'un des parents, les incertitudes sur l'avenir immédiat, tout concourt à l'émergence de l'angoisse . **Là encore, parlez lui simplement et calmement de l'organisation de sa future vie et tous les détails le concernant pour qu'il puisse s'y projeter** : lieu d'habitation de chacun, changement d'école s'il y a lieu, fréquence des visites du père le plus souvent, etc.

COMMENT SE PRESENTE L'AVENIR ? Il paraît évident que l'existence et la nature des difficultés de l'enfant dépendent d'un grand nombre de variables parmi lesquelles **la qualité des relations entre les parents après la séparation et le maintien d'une relation entre l'enfant et ses deux parents sont les facteurs prépondérants**. Quand le conflit entre les parents s'est apaisé après la séparation et que l'enfant a pu maintenir des relations régulières avec ses deux parents, il ne semble pas que cette situation soit source de conflit supplémentaire. A l'opposé même, l'enfant de parents divorcés devient très mature : il se prend lui-même en charge, a une adaptation extrême, demande peu aux adultes et joue peu ou pas du tout. Cette évolution vers l'indépendance et la maturité est en soi positive si elle ne devient pas extrême bien sûr.

Reste à reconstruire éventuellement une nouvelle cellule familiale par le remariage des parents : à chacun de retrouver une place au sein d'un puzzle familial réaménagé. Les difficultés sont autres, mais là, c'est un autre chapitre...

Catherine Verdier
Psychologue