

COMPRENDRE
& ACCOMPAGNER

DEBORAH D. GRAY

Attachement et adoption

└ Outils pratiques pour les
professionnels et parents

Traduction et adaptation de **FRANÇOISE HALLET**

Préface de **CÉCILE DELANNOY**

Avant-propos de **JOHANNE LEMIEUX**

+ EN LIGNE



Sitographie en langue française
et adresses utiles pour toute
la francophonie

deboeck
SUPÉRIEUR **B**

Deborah D. Gray

Attachement et adoption

 **Outils pratiques pour
les professionnels et parents**

2^e édition

**Traduction de l'anglais (États-Unis)
par FRANÇOISE HALLET
Préface de CÉCILE DELANNOY
Avant-propos de JOHANNE LEMIEUX**

Attaching in adoption : practical tools for today's parents, by Deborah Gray
©2002 by Deborah Gray

Pour toute information sur notre fonds et les nouveautés dans votre domaine de spécialisation, consultez notre site web : **www.deboecksuperieur.com**

© De Boeck Supérieur s.a., 2023
Rue du Bosquet, 7 – 1348 Louvain-la-Neuve

2^e édition

Tous droits réservés pour tous pays.

Il est interdit, sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, de reproduire (notamment par photocopie) partiellement ou totalement le présent ouvrage, de le stocker dans une banque de données ou de le communiquer au public, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit.

Dépôt légal :
Bibliothèque nationale, Paris : octobre 2023
Bibliothèque Royale de Belgique, Bruxelles : 2023/13647/166

ISSN 2030-8906
ISBN 978-2-8073-2686-6

Compléments numériques

Cet ouvrage vous propose des ressources complémentaires à télécharger. Pour ce faire, rendez-vous sur le site des éditions De Boeck Supérieur, à l'adresse suivante :

<https://www.deboecksuperieur.com/site/326866>

Ce livre est dédié à ma famille :
à Tricia, à Joey, à Summerlea et à Joseph.
Merci pour votre acceptation et vos encouragements
tout au long de ce projet.
Et à mes parents bien-aimés, Patricia et Gerald Gray,
qui m'ont passé le flambeau.

Préface

Comme aurait dit Magritte, au mépris de l'évidence, ceci n'est pas un livre... Ce n'est pas un livre, c'est un guide quotidien pour parents affrontés à la dure réalité d'un enfant qui ne parvient pas à s'attacher à eux avec confiance, sérénité, sécurité. Un guide comme en ont les jeunes parents qui élèvent leur premier nourrisson et qui doivent apprendre tous les gestes, comment le changer, que faire quand il pleure, quand peut-on introduire du jaune d'œuf ou une croûte de pain... On le parcourt – la table des matières, puis quelques pages de ci de là – pour savoir ce qu'on y trouvera, et ensuite on le consulte autant que de besoin. Jusqu'à ce qu'il tombe en miettes, pages arrachées, bords écornés ou jaunis, couverture décollée...

C'est un livre pour parents adoptifs, ce n'est pas un livre pour les professionnels en quête d'informations solides sur la théorie de l'attachement, mais celui-ci donnera les bases nécessaires pour comprendre les enjeux de l'accompagnement des parents adoptifs. Non que l'auteur connaisse mal la théorie de l'attachement! ... Elle en est assez imprégnée pour y faire référence presque à chaque page. Mais son but, son talent, sa vocation, ce n'est pas d'exposer une théorie à des professionnels et de les convaincre de l'intérêt ou de la justesse de cette théorie. Elle ne l'expose pas de manière structurée, ne la discute pas, ne l'argumente pas. C'est pour elle une toile de fond, un contexte évident. Et pour les parents qui reconnaîtront leur enfant dans telle ou telle des nombreuses vignettes qui illustrent ce guide, l'évidence sera la même... Les parents plus exigeants en matière théorique – et bien entendu les professionnels de l'enfance – qui voudraient en savoir plus sur l'attachement peuvent se référer à d'autres ouvrages: Le petit livre d'Antoine et Nicole Guedeney, *L'attachement* (Masson, 2002), le gros livre de Blaise PierreHumbert, *Le premier lien, théorie de l'attachement* (Odile Jacob, 2004), ainsi que l'ouvrage de Peter Fonagy, *Théorie de l'attachement et psychanalyse* (Erès, 2004), qui confronte théorie freudienne et théorie de l'attachement en soulignant les points de désaccord, mais surtout les lignes de convergence possibles. Et ils reviendront peut-être vers Deborah Gray pour habiller la théorie de réalités charnelles, vécues, quotidiennes.

Ce n'est pas un livre français, c'est un livre traduit de l'américain. Ce qui n'est pas sans désorienter parfois le lecteur français. L'auteur annonce à de nombreuses reprises dans la première partie les développements thérapeutiques de la seconde. Mais cela ne constitue pas vraiment un défaut: une première partie pour faire le tour des problèmes, repérer les symptômes, poser les hypothèses de diagnostic, et déjà indiquer des pistes thérapeutiques; et une seconde partie – à partir du chapitre 8 – pour développer la dimension thérapeutique, attitudes affectives et éducatives des parents, indications de travail avec un professionnel.

Le lecteur français aura sans doute intérêt à feuilleter rapidement le début de l'ouvrage – qui présente très succinctement la théorie de l'attachement. C'est à mon avis le moins réussi. Mais dès que l'auteur s'attache à rapporter et analyser des cas d'enfants, avec leurs histoires de vie, et raconte comment il a été possible de les aider, on ne quitte plus le livre, pour peu qu'on ait côtoyé de près des enfants comme ceux dont elle parle, dans le désespoir de savoir comment leur venir en aide, à eux et à leurs parents effondrés.

Les qualités majeures de Deborah Gray, c'est d'abord son intuition de ce que ressent un enfant et de ce qui peut l'aider, liée à une très longue pratique de thérapie infantile. C'est aussi la prudence avec laquelle elle met les parents en garde contre les risques de confusion, d'autodiagnostic trop rapide, d'interprétation erronée des symptômes, dont beaucoup se ressemblent, mais peuvent relever de troubles différents. C'est encore son ouverture à la complexité des situations, les hypothèses explicatives n'étant pas exclusives les unes des autres. Elle parle d'attachement, mais sans en faire le *deus ex machina* obligé de toute vie d'enfant adopté ; elle met en garde les parents contre une lecture trop rapide, trop unilatérale, de ses difficultés et regarde aussi du côté de souffrances enkystées et de pathologies réactivées chez les parents.

J'ai particulièrement apprécié la clarté de l'étude sur les traumatismes précoces – négligences graves du tout petit, maltraitance, abus sexuels... Sans pathos, sans dramatisation, elle nomme les souffrances de l'enfant blessé et blessant pour son entourage, et montre les voies qui peuvent permettre à l'enfant de dépasser cet état de fait.

Ces propos graves, sans concession, peuvent paraître effrayants aux parents non concernés (« Ce livre va faire peur aux futurs parents, vous voulez les décourager... », j'entends déjà les critiques). Mais ils seront perçus comme justes, toniques, redynamisants, par les parents qui vivent les situations analysées dans cet ouvrage et par les professionnels qui les accompagnent. C'est pour eux qu'écrit Deborah Gray. Puissent-ils puiser ici une meilleure intelligence des situations et la force d'aider leurs enfants à construire les relations aimantes et confiantes dont leur début de vie douloureux les a jusqu'à maintenant privés.

Cécile Delannoy

Maman adoptive

Auteur de *Au risque de l'adoption*, Paris, La Découverte, 2006

Avant-propos

Ne pas écrire la préface de « **Attaching in adoption** » aurait été pour moi impensable, voire même irresponsable, puisque je confesse être en partie « coupable » de la décision de sa traduction dans la langue de Molière ! Tout a commencé un beau jour de juillet 2004 en Belgique, plus précisément au Château de Mozet où j'avais été invitée à donner une formation en *Adopteparentalité*®, formation durant laquelle de nombreux extraits de l'ouvrage de Deborah Gray ont une place de choix.

Toujours soucieuses de rendre accessibles aux parents et professionnels francophones les enjeux d'attachement et d'adoption, le docteur Françoise Hallet et moi-même avons convenu que ce livre était si important, si pertinent, si concret et si utile qu'il devait être mis en priorité dans la liste des ouvrages à traduire.

Les raisons de mon enthousiasme et de mon insistance demeurent tout aussi pertinentes trois ans plus tard. Le sentiment de frustration de ne pas pouvoir le conseiller aux parents adoptants qui me consultent ou aux intervenants que je forme partout dans le monde francophone a enfin disparu grâce au travail de bénédictin du docteur Hallet que je remercie ici de son amitié et de sa grande complicité.

Je dois avouer que Deborah Gray est un des auteurs qui a le plus contribué à harmoniser mon approche clinique. Elle est arrivée dans ma vie professionnelle comme le morceau du puzzle qui manquait pour intégrer et mieux tisser logiquement les enjeux d'attachement dans le contexte spécifique de l'adoption. C'est, sans complaisance, l'ouvrage le plus annoté, griffonné dans la marge, plié dans les coins, lu et relu, consulté et feuilleté de ma bibliothèque. Il n'est pas rare après une entrevue thérapeutique que je m'y réfère pour confirmer des impressions cliniques ou pour mieux préparer la prochaine rencontre. Cet ouvrage est désormais accessible aux parents adoptants, mais à mon avis totalement indispensable aux professionnels qui conseillent, soutiennent et apportent leur aide médicale ou thérapeutique aux familles adoptives ou d'accueil.

Je souhaite vous transmettre ici les raisons pour lesquelles j'ai été conquise.

Raison 1 : L'intégration de la maman adoptive et de la professionnelle

Tout d'abord, je considère que la force de madame Gray est d'avoir su parfaitement intégrer son vécu personnel de maman par adoption et de l'avoir tissé dans son expertise professionnelle sans jamais tomber dans le piège de la projection, de la généralisation ou du narcissisme larmoyant. J'apprécie particulièrement

cette façon qu'elle a de normaliser les situations les plus inattendues, de dédramatiser les concepts scientifiques complexes et de rendre accessibles les conseils pratiques en donnant mille exemples de la vie quotidienne. Seule une intervenante ayant vécu des deux côtés de la barrière peut être aussi concrète, réaliste, sans jugement intempestif.

Raison 2 : Sa façon de faire honneur à la profession

Dans ce livre, madame Gray fait grandement honneur à la profession de travailleuse sociale clinique qui est aussi la mienne. Sa profession transparaît notamment dans ses préoccupations systémiques, biopsychosociales et sociétales de la réalité adoptive. Elle choisit ses interventions selon une approche globale, en intervenant autant en psychothérapie individuelle, familiale, en groupe ou de façon communautaire. Elle croit à la diffusion de connaissances scientifiques justes et claires dans le domaine de l'adoption, de l'attachement et du post-traumatisme pour arriver à ses objectifs «d'empowerment¹» et «d'advocacy²» pour les familles touchées par l'adoption. Elle ose mettre en avant sa pratique, ses théories, sa grande expertise, ce que malheureusement trop peu de nos collègues travailleurs sociaux osent faire.

Raison 3 : Sa foi dans le pouvoir guérisseur des parents

Deborah Gray est dans la mouvance des thérapies brèves axées sur la tâche et sur les solutions, où l'on croit profondément au potentiel de guérison et d'auto-détermination de l'être humain. Elle ne psychanalyse pas, ne «pathologise» pas les parents, tient compte de leurs fragilités, mais fait surtout appel à leurs forces, à leurs ressources. Elle les considère comme des êtres intelligents, déterminés, sensibles et sensés qui doivent être les premiers répondants de la souffrance de leur enfant adopté et qui sont les meilleurs intervenants si on se donne la peine de croire en eux et de les outiller !

Ce livre les accompagnera vers l'actualisation de leur plein potentiel pour devenir tuteurs de la résilience de l'enfant abandonné que la vie leur a confié. Dans ce livre, la liste des problèmes possibles est définitivement moins longue que la liste de solutions ! C'est ainsi que Madame Gray arrive à parler sans censure des cruelles réalités sans jamais faire perdre espoir aux parents. Comme on lit un itinéraire préparé par un club automobile, elle montre le chemin, la route à suivre, en indiquant clairement les bornes à surveiller et comment les dépasser pour accéder à la prochaine étape avec optimisme, créativité, humour et enthousiasme.

1. Potentialisation des capacités.

2. Plaidoyer.

Raison 4 : Sa propre approche théorique et pratique

Les premiers chapitres offrent au lecteur, parent ou professionnel, une synthèse accessible des connaissances sur les multiples séquelles de l'abandon et sur l'application pratique de la théorie de l'attachement, sans occulter les aspects post-traumatiques ou les dernières découvertes neurologiques. Le lecteur appréciera comme moi les nombreuses histoires de cas, toutes brèves, mais toujours adéquates pour soutenir le propos. Les très nombreux exemples de situations d'adoption internationale m'ont beaucoup plu, car ils sont relativement rares dans les ouvrages récents.

Mais ce qui fait la force et l'originalité du livre est la découverte de la merveilleuse synthèse que fait madame Gray de plusieurs théories, auteurs et approches du développement et de la santé mentale de l'enfant. Elle nous décrit sa théorie des **7 phases normales de la construction du lien d'attachement** allant de l'aube de la vie à l'aube de la vie adulte, comme une pyramide que l'enfant et le parent doivent construire ensemble. Étage par étage, étape par étape, Deborah Gray nous prend par la main et nous guide dans chacune des briques à poser solidement avant d'installer la suivante. Il suffisait d'y penser !! Et elle a eu le génie de le faire.

C'est ainsi qu'elle arrive à rendre observable et concrète la mise en pratique de la théorie de l'attachement dans un continuum de temps et d'espace, dans la description des tâches et des rôles de chacun. Cette façon de présenter le travail à accomplir est plus simple, moins lourde et plus encourageante. L'objectif ultime du parent qui est de « programmer » et/ou de « reprogrammer » chez l'enfant adopté un modèle opérationnel interne le plus sécurisé possible, nous est présenté comme 7 petits chapitres de vie successifs. Il devient alors clair que le chemin à suivre est, ma foi, aussi sinon plus important que le résultat final. J'apprécie en particulier la distinction pratique, simple et précise de chacune des étapes de développement du lien d'attachement où madame Gray nous décrit les tâches des parents, les tâches de l'enfant et les moyens concrets pour y arriver. La liste des comportements observables, qui nous indique que telle ou telle étape a été franchie avec succès, est carrément formidable. Je peux témoigner qu'elle a aidé des centaines de mes clients à se sentir outillés et enfin compétents!

De la phase si touchante de « Bienvenue dans l'univers » à « Je te laisse voler de tes propres ailes », Deborah Gray devient notre sherpa de l'aventure de l'attachement en adoption. Elle sait nous faire anticiper les merveilleuses récompenses comme autant de paysages encore plus appréciés à cause de l'effort déployé pour y arriver. Elle nous accompagne dans le processus, la trajectoire et nous guide à travers la reconnaissance des indices qui rassurent et de ceux qui devraient mettre la puce à l'oreille. Grâce à ses 7 phases, le professionnel comme le parent peuvent facilement évaluer l'immense travail déjà accompli et mieux planifier le travail à venir par séquences, par étapes, ce qui est plus réaliste et moins décourageant que d'autres approches où le voyage vu trop globalement, semble insurmontable. Elle nous prévient des écueils possibles, mais surtout elle demeure constamment en mode solution, en mode espoir, en mode de soutien

constant des parents pour qu'ils aient les outils nécessaires pour aller au bout de leur potentiel.

J'ai reconnu la travailleuse sociale capable d'être psychothérapeute, mais avant tout **intervenante**; une professionnelle qui a la passion de gens, qui est capable de vulgariser, d'expliquer et de circonscrire le problème, mais surtout et avant tout, qui met son énergie dans la recherche et la transmission de solutions.

Voici donc une auteure avec un formidable esprit de synthèse où l'on sent son expérience personnelle, son expertise professionnelle, avec une sensibilité tout en subtilité qui ne peut trouver sa source que dans une implication personnelle, très profonde, dans l'adoption.

Attention: il se peut qu'après cette lecture, vous vous sentiez plus compétent, plus enthousiaste, avec l'énergie nécessaire pour espérer vivre de grands succès comme parent et pour voir votre enfant aller mieux, être plus heureux et prendre racine pour mieux s'envoler !

Johanne LEMIEUX, Québec
Travailleuse sociale, auteure, conférencière,
formatrice et maman par adoption de trois enfants

Remerciements

Les personnes avec qui je travaille au Attachment Center Northwest sont un cadeau quotidien. Le talent et le cœur avec lesquels ils aident les enfants et les familles me poussent à développer ces mêmes capacités dans mon travail. Mais ce sont aussi des amis gentils et fidèles avec qui je travaille jour après jour. Merci à Beverly Cuevas, à Tom Gill, à Sandy Swan, à Rebecca Pêrbix Mallos, à Sandy Bogh et à Connie Daveson. Tous, vous avez cru que ce livre devait être terminé et publié et qu'il le serait. Merci de me permettre de faire partie d'un groupe qui encourage le développement des connaissances dans une atmosphère d'humilité.

Merci à mon amour, mon mari Joseph MacKenzie, non seulement pour, sans y toucher, mettre en valeur le travail de ma vie et ce livre, mais aussi pour son aide pratique dans la construction et la maintenance d'ordinateurs qui fonctionnent vite et bien. Tricia MacKenzie m'a également aidée pour l'informatique. Merci !

Mes remerciements à mon editrice, Patricia Irwin Johnston, sa connaissance des questions d'adoption est impressionnante, et ses conseils sont bienveillants. Elle m'a énormément aidée à présenter un travail précis et sans lacunes. Ma gratitude va aussi à Cynthia V.N. Peck, qui a imaginé comment présenter de façon cohérente des notions compliquées d'attachement et qui m'a appris comment le faire au travers d'un chapitre. Merci à vous tous pour votre engagement auprès des familles d'accueil et d'adoption, qui s'est amplement révélé quand nous travaillions ensemble à ce projet.

Mes remerciements sincères aux familles avec lesquelles je travaille. Elles ont supporté avec patience mon manque de disponibilité quand je terminais ce livre. Je suis aussi reconnaissante pour les nombreuses leçons et techniques reçues des familles au fur et à mesure de leur expérience. Merci de m'éduquer. Merci pour la joie de pouvoir travailler avec vous.

J'ai reçu avec reconnaissance de nombreuses informations théoriques et pratiques provenant des travaux des plus grands comme Vera Fahlberg, David Brodzinsky, Mary Main, John Bowlby, Selma Fraiberg, Foster Cline, Frank Putnam, Bessel van der Kolk, Bruce Perry et Nancy Thomas. Ils ont mis en place des fondations dont nous profitons tous.

Linda Katz et Norma Spoonamore, responsables de la planification de la permanence aux services de protection de l'enfant, ont pris le temps de guider mon évolution. Leur empreinte se retrouve à différents endroits de ce livre. Mes remerciements au Dr Elinor Ames qui la première m'a encouragée à écrire et, ensuite, a pris le temps de critiquer ce que j'avais écrit.

Ma gratitude pour mes amis personnels qui comprennent, qui sont attentifs et qui m'ont aidée à porter le poids de la tension liée aux délais pour ce livre.

Merci à Colleen Neubert, à Summerlea Westerman, à Pam Bauer, à Marion Morris et à Branda Chadwick.

J'en suis venue à me reconnaître comme un enfant avec un trouble de l'attachement devant un Dieu aimant, lente à faire confiance et confuse entre la vie et Dieu, en dépit de l'évidence de son amour. Je suis reconnaissante pour cet amour extravagant, coulant à travers ma vie, à travers mon travail.

Deborah Gray

Note pour le lecteur :

Les faits dans les anecdotes et les vignettes ont été modifiés pour protéger la confidentialité des clients.

Introduction

Équiper les parents des enfants à risque de problèmes d'attachement

Les parents naviguent dans des eaux inconnues quand ils élèvent un enfant qui est à haut risque de problèmes d'attachement. Les défis de leur enfant ne constituent qu'une note de bas de page dans la plupart des livres de pédagogie. Ce livre est un manuel pour parents et professionnels accompagnant, rédigé spécifiquement pour décrire de tels enfants et pour offrir à leurs parents les meilleures stratégies possibles d'éducation. En tant que thérapeute spécialisée dans le travail avec les enfants qui ont des défis d'attachement suite à la négligence, au deuil, à la maltraitance et à l'exposition prénatale aux drogues, j'ai pu observer les immenses avantages que représentent pour les parents des informations concrètes sur la situation de leur enfant. Ce livre est écrit d'abord pour vous, les parents, et vous propose un ensemble d'informations pratiques pour répondre aux questions de pourquoi, quand et comment intervenir.

Il vous aidera à comprendre pourquoi l'attachement est si important et vous enseignera à reconnaître le type d'attachement que votre enfant peut avoir appris avant d'arriver chez vous. Il vous permettra de développer cet attachement ou de partir de rien avec un enfant qui n'a pas connu d'attachement.

Si vous élevez un enfant difficile, vous allez craindre de passer à côté de problèmes graves et que votre enfant ne soit pas armé pour la vie et reste vulnérable. Je décris ici des problèmes importants qui doivent être pris en charge pour assurer le bien-être futur de l'enfant. Je suggère aussi de nombreuses interventions pour améliorer la situation. Je souligne l'importance d'un travail de prévention tant pour les parents que pour les enfants.

J'ai illustré les problèmes et proposé des solutions à travers de nombreuses vignettes largement réparties dans le livre. Elles proviennent de l'expérience d'autres parents et d'enfants qui ont surmonté des obstacles similaires.

Le livre explique les défis supplémentaires qui doivent être surmontés par les enfants comme par les parents pour pouvoir former une famille saine. Il détaille les défis spécifiques auxquels les enfants doivent faire face pour développer une personnalité saine.

Vous découvrirez les effets du deuil et du traumatisme, y compris vos propres contre-réactions. Le livre vous donnera des idées pour aider votre enfant à

s'adapter aux contre-coups des traumatismes et pour l'apaiser et le consoler. Il résume la recherche et décrit les modifications qui surviennent dans le cerveau après une exposition traumatique. Les données de la recherche nous apprennent quelles sont les meilleures méthodes pour atteindre un enfant et pour réduire les effets d'un traumatisme. Un chapitre explique les moyens essentiels pour diminuer l'impact d'un traumatisme par des histoires qui décrivent leur application pratique. Le livre vous apprendra comment vous sentir compétents avec un enfant compliqué pour que vous soyez à la fois maternants et responsables.

L'impact du changement culturel, les troubles déficitaires de l'attention, le syndrome d'alcoolisation fœtale et la négligence profonde sont aussi explorés. Ensuite le livre passe à des techniques pratiques pour mettre en évidence le meilleur des enfants malgré ces défis.

Le contrôle et l'anxiété sont des problèmes fréquents chez ces enfants. Quand les parents comprennent pourquoi leur enfant peut être contrôlant ou anxieux, ils veulent savoir comment réagir devant ces comportements. Je vous propose de nombreuses options pour faire face à des problèmes comme l'anxiété et le contrôle, pour que vous puissiez choisir ce qui convient le mieux à votre famille et à votre enfant.

Le chapitre sur le développement de l'enfant décrit spécifiquement les enfants qui n'ont pas vécu dans la même famille depuis leur naissance. Il explique des techniques adaptées à chaque étape du développement pour favoriser l'attachement. Vous pouvez repérer le stade de développement émotionnel de votre enfant, lire la description de vos tâches et trouver une liste de choses à faire pour ce stade. Des vignettes de familles décrivent le développement et les techniques éducatives sous forme d'histoires faciles à lire.

Le livre envisage les moyens d'équilibrer la famille en prêtant attention à tous ses membres. Il explique comment protéger le développement des frères et sœurs tout en maintenant une haute estime de soi en famille. Il explique comment reconstruire l'intelligence émotionnelle, pour que les enfants apprennent à lire le langage facial et corporel des autres et envoient en retour des signaux appropriés. Il conclut sur les moyens pour les parents de construire un réseau avec la famille, les pairs et les professionnels pour eux-mêmes et pour leur enfant. Un exemple d'entretien avec un professionnel de la santé mentale est inclus, avec des conseils pour le choisir.

En vous permettant d'avoir accès dès le début à des techniques spécialisées d'attachement, l'auteur et l'éditeur espèrent diminuer les problèmes douloureux d'attachement chez les enfants. Les amis de la famille et les professionnels voudront probablement lire ce livre pour comprendre et soutenir vos méthodes à la maison. Celui-ci a été écrit de telle façon que les chapitres concernent des sujets particuliers, ce qui facilite le partage de certaines parties avec un enseignant ou un grand-parent.

J'ai fait de mon mieux pour rendre ce livre très concret, pour qu'il soit un guide de «comment faire» et «pourquoi faire». Le travail d'attachement et de guérison pour les enfants et les parents peut sembler énorme même avec beaucoup d'encouragements. Ce livre cherche à informer et soutenir les parents et à centrer leurs efforts.

Travailler à développer de nouveaux attachements après une perte est un travail utile à la société toute entière. Les enfants qui développent des attachements sains seront des figures d'attachement saines pour leurs propres enfants. Les parents qui cherchent à amener des enfants réticents à avoir des relations familiales saines méritent mon respect. Leurs enfants ont gagné mon cœur.

1

Qu'est-ce que l'attachement et pourquoi est-ce si important ?



COMPRENDRE

L'attachement des parents et de l'enfant, c'est la relation.

La qualité de l'attachement parent / enfant devient un modèle pour toutes les relations futures et pour les croyances profondes. Quand vous maternez votre enfant et que vous vous montrez sensibles à ses besoins, vous l'invitez à une

relation de bonne qualité. À moins qu'il n'y ait des défis dans le chemin, l'enfant répond naturellement à des parents fiables, maternants et sensibles en formant une relation de confiance et de sécurité. Un professionnel pourrait dire qu'il a un «attachement sécurisé». Les effets de l'attachement étant très complexes, il est important de se rappeler que dans sa définition la plus simple, l'attachement est une relation. Mais quelle relation puisqu'elle définit la personnalité !

Les parents et les professionnels sont impressionnés par la façon dont le premier attachement forme les croyances opérantes de la personnalité de l'enfant. L'attachement du nourrisson lui fournit des modèles pour toute une vie de relations intimes, de conscience émotionnelle, d'interactions sociales et d'acceptation de soi. Ces modèles serviront, encore plus tard, à l'âge adulte, influenceront les relations adultes et la façon d'être parent. Modifier les premiers modèles basés sur la méfiance est un rude travail, tant pour les parents que pour l'enfant.

Les parents et l'enfant construisent des relations exclusives quand ils s'attachent. Ils deviennent intimement accordés l'un à l'autre. Former un tel attachement engage mutuellement l'enfant et ses parents à apprendre des modes de relations l'un à l'autre. Du point de vue de l'enfant, l'attachement nécessite le développement d'un ensemble de compétences relationnelles et de sentiments. Les signaux et les réponses à ce nouvel ensemble de compétences conduisent au développement d'un modèle de relation permettant à l'enfant de prédire si son parent va être digne de confiance ou non. Quand les humains forment un attachement sécurisé, il y a eu des milliers d'interactions réussies, plus un petit nombre d'interactions non réussies (sans être dévastatrices). Du point de vue des parents, l'attachement nécessite un ensemble de compétences relationnelles maternantes indispensables pour ces milliers d'interactions. Les parents en ont appris automatiquement un grand nombre de leurs propres parents. D'autres compétences ont été acquises intentionnellement tout en abandonnant de mauvaises habitudes ou de mauvaises attitudes. Ce livre donnera la description de

cet ensemble de compétences parentales s'appliquant à différents types de situations familiales.

L'attachement est la clé pour réguler la frustration et l'anxiété extrêmes. Vers 18 mois, le bébé qui présente un attachement sécurisé et qui reçoit de bons soins pense que ses parents reviendront vers lui après une brève absence, une absence qui se mesure en heures et non en jours. Il apprend que ses besoins sont importants pour ses parents et qu'il peut leur faire confiance pour les satisfaire. Il apprend à dépendre de ses parents pour être aidé. Les parents le calment ou le distraient quand il est perturbé ou frustré. Avec l'aide de ses parents, le bébé construit la régulation dans son cerveau pour se calmer. Il est récompensé par des sourires ou des mots doux quand il se calme.

Les parents qui forment un lien sécurisé protègent leur bébé d'un excès de stimulation ou de frustration. Les états émotionnels ou les humeurs du bébé s'affinent progressivement. Dans de bonnes relations, le bébé et le petit enfant apprennent à développer leurs humeurs positives et à demander de l'aide quand ils souffrent ou sont frustrés. La capacité de se calmer progressivement se câble dans son cerveau en développement. Il découvre que ses besoins sont importants et méritent l'attention, ce qui le mène à une compétence essentielle pour la vie : être capable d'identifier la fiabilité de ses sentiments. Il apprend aussi à tolérer une certaine quantité de frustration. Comme ses parents l'aident, il ne se fige pas dans des sentiments de frustration, de solitude, d'ennui ou de douleur. Sa vie est surtout faite de besoins de base qui sont satisfaits et des problèmes qui se résolvent. Dans une relation saine, le bébé trouve que ses parents sont amusants, aimants et stimulants. Il découvre aussi que des parents normaux prennent des douches, préparent le repas et passent du temps avec les autres. Le bébé attend un peu ou joue un peu seul. Il s'aperçoit qu'on s'intéresse à lui quand il est mignon, joueur et positif, pas seulement quand il a des besoins.



COMPRENDRE

Les termes *lien* et *attachement* sont souvent utilisés de façon interchangeable. Ici le terme *attachement* servira à décrire les relations durables qui se forment avec le temps et l'expérience, presque toujours avec les membres d'une famille. Perdre une figure d'attachement implique un processus de deuil long et douloureux. Les *liens*, comme nous en parlons ici, sont des relations de proximité qui se forment avec les enseignants, les amis et d'autres, avec qui l'enfant partage des expériences et des émotions.

Les enfants adoptés bébés ont appris à apprécier avec leurs parents un attachement plus sécurisé que la moyenne. Ils peuvent aussi ressentir un lien avec leurs parents de naissance, bien qu'ils n'aient peut-être jamais formé d'attachement avec eux. La relation biologique et affective partagée avec les parents de naissance forme un lien.

Les bébés et les enfants forment aussi des attachements avec des parents maltraitants ou négligents. Quand ils le font, les compétences d'attachement que les enfants apprennent de ces relations maltraitantes sont utilisées pour les relations

ultérieures parents-enfant. Ces attachements forment aussi une partie de la vision que les enfants ont d'eux-mêmes. Aider les enfants à surmonter les effets déformants de la maltraitance est un des buts de ce livre. (Les différents attachements acquis après négligence ou maltraitance sont détaillés au chapitre 3.)

1. Qu'est-ce qu'un attachement normal et sain ?

Un attachement sécurisé aide l'enfant à croire qu'il est aimable, qu'il est sage d'avoir confiance en ses parents et que les autres l'aideront quand il aura des besoins. Il apprend que ses parents peuvent l'aider à avoir des câlins, à explorer le monde, à se calmer, à résoudre des problèmes et à diminuer la douleur. Sans parents de confiance, l'enfant qui est dépassé amplifiera sa détresse par la colère ou se fermera à ses sentiments en se dissociant³. L'enfant dont les parents sont attentifs apprend à signaler ses besoins par une colère, une anxiété ou une tristesse normale pour obtenir de l'aide. Ce signalement aux parents est une étape pour apprendre les rudiments de la résolution de problèmes par opposition à la colère ou au déni de ses propres besoins.

Comme il est dit précédemment, les attachements sont pour l'enfant des modèles de relations d'amour. Un attachement sécurisé avec des parents fiables et sensibles aide l'enfant à se trouver de la valeur, à faire confiance à ses parents, à faire confiance à ses propres sentiments et à se préoccuper des sentiments des autres. C'est important que l'enfant pense que quelqu'un le connaît bien et le trouve aimable. Cela le protège de la jalousie (Fahlberg, 1992). Quand un enfant discute d'attachement sécurisé avec moi, il dit que son cœur ou son «réservoir d'amour» est plein. Il dit qu'il n'est pas à la recherche de nouveaux parents pour lui donner de l'amour. Il a confiance en lui, et dans l'amour et l'acceptation qu'il trouve en famille.

L'attachement est à double sens. Les parents, comme l'enfant, doivent entreprendre la danse de l'attachement. Ils apprennent à se connaître l'un l'autre. Ils apprennent chacun de l'autre les signaux et les réponses. Dans un attachement normal et sain, les parents, comme l'enfant, pensent qu'ils font un bon travail en aimant l'autre la plupart du temps. Ils font preuve de réciprocité en douceur – se donnant et recevant mutuellement de l'amour. L'enfant et ses parents ont une telle synchronisation qu'ils donnent l'impression d'une chorégraphie. Les parents semblent encourager la bonne dose de collage et de dépendance par rapport à l'indépendance et à la maîtrise. Le jeune enfant cherche à se mettre en valeur pour le seul bénéfice de ses parents.

Quand l'enfant est attaché avec sécurité à ses parents, il émane de lui un positivisme. John Bowlby utilisait l'analogie du thermostat pour parler de ce phénomène (1969/1982). L'enfant et les parents qui sont proches semblent chauds. Quand la séparation est trop longue, le refroidissement qui s'ensuit les avertit de se rapprocher. L'intimité est confortable, l'enfant et les parents réagissent à la bonne température.

3. La dissociation sera expliquée à travers le livre. Quand un individu dissocie, l'intégration entre une expérience et les sentiments qu'elle évoque est interrompue à dessein parce qu'il ne peut pas supporter les sentiments associés à l'expérience. Il entre alors dans un état dans lequel il se sent figé et arrête d'élaborer l'expérience.

L'enfant avec des attachements sains a des critères sur lesquels baser ses réponses affectives. Il découvre ses propres sentiments en regardant le langage facial et corporel de ses parents. Ceux-ci lui servent de miroir, lui proposant des mimiques qui correspondent à son humeur. Les parents parlent au bébé et au nourrisson de ce qu'il doit ressentir et de ce qu'ils vont faire pour l'aider. Le ton de voix, les mots, les gestes et les expressions, tout contribue à découvrir la signification des sentiments et la façon de les exprimer. L'enfant intériorise une voix sensible et attentive quand ses besoins s'expriment. Plus tard il utilisera la même voix pour d'autres et pour lui-même. L'enfant avec des attachements sains prend un bon départ pour avoir une grande intelligence émotionnelle. Il a la capacité de mettre en relation des indices venant du visage, des gestes et des mots avec une compréhension des sentiments qui sont exprimés, et il peut réagir de façon appropriée à ces sentiments. Ceci est expliqué plus longuement dans le chapitre 12: Construire l'intelligence émotionnelle.



COMPRENDRE

L'enfant sans figure parentale dans la première année de sa vie a un taux élevé de cortisol; celui-ci est sécrété en réponse aux hormones de stress et sert de mesure du stress. Son cerveau est en permanence en état d'alerte. Il développe ses capacités d'hypervigilance au détriment d'autres apprentissages.

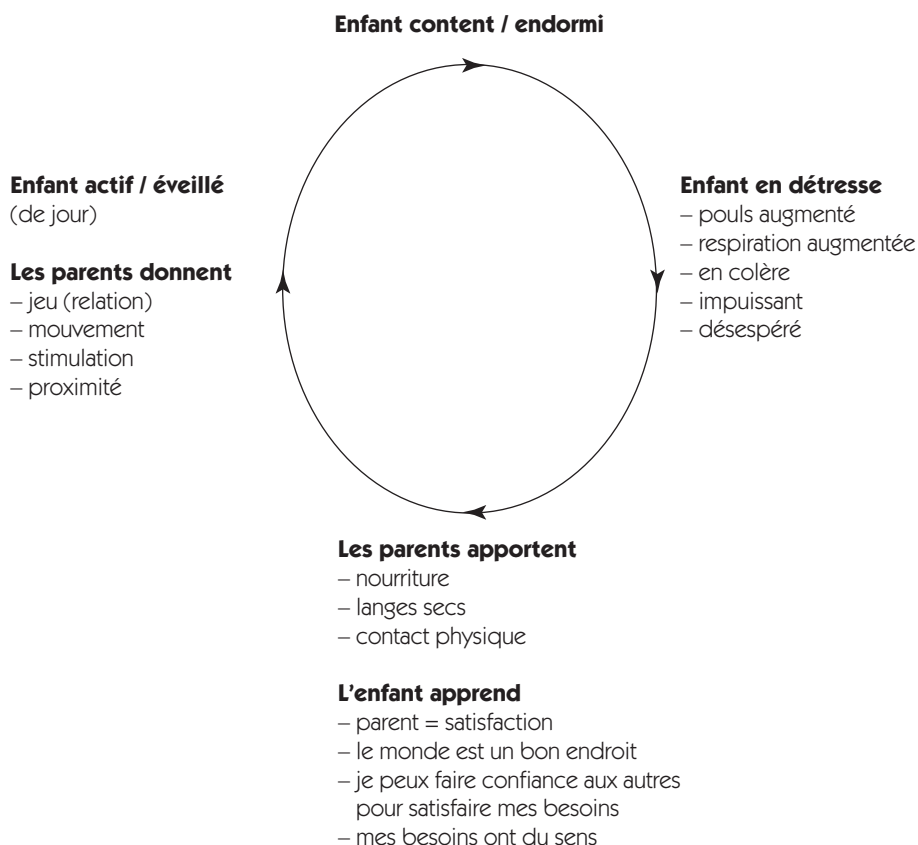
L'enfant avec des attachements sains prend un bon départ pour développer le positivisme, le contrôle de soi et pour maîtriser des compétences appréciées dans notre société. Un tel enfant est sensible à la protection de ses parents. Comme il se sent en sécurité, son cerveau développe un réseau nerveux qui l'aidera à construire des relations et à être curieux.

2. Le cycle de l'attachement

L'attachement sécurisé se développe normalement pendant la première année de la vie, quand les parents satisfont sans arrêt les besoins de l'enfant. Le cycle de l'attachement décrit le processus à travers lequel l'enfant et le parent passent pour former un attachement. Quand l'enfant est en détresse et dépendant, un parent capable et sensible arrive rapidement, apportant de la nourriture, des langes secs et de l'amour. Le bébé passe alors d'un sentiment d'impuissance, d'hyperstimulation physiologique et de colère à la satisfaction de ses besoins. Comme ce schéma se répète de très nombreuses fois, il apprend qu'être dépendant d'un parent amène la satisfaction de ses besoins. Pendant les 6 premiers mois, l'enfant prépare la scène pour un attachement exclusif à un seul donneur de soins en devenant de plus en plus accordé au parent. Vers 8 ou 9 mois, le bébé juge que son parent est irremplaçable. C'est son parent et sa présence signifie satisfaction et sécurité. Les yeux du bébé s'allument pour cette personne et le monde du bébé se dissout en pleurs de détresse en son absence.

Le cycle de l'attachement a été appelé la Saison de l'Âme. L'enfant qui rate ce cycle peut ressembler à un automate ou sembler simplement plein de colère. Il a en lui une tristesse désespérée qu'il exprime rarement quand il est jeune. L'enfant est réticent à montrer sa tristesse, et on le comprend, puisqu'il n'est

jamais arrivé à la partie réconfort du cycle de l'attachement, puisque personne n'est jamais venu. Un garçon qui vivait en orphelinat m'expliquait : « J'ai l'impression de me perdre dans ma tristesse. Je pense que je vais mourir quand je suis triste. » Quand il n'a pas eu l'occasion de compléter le cycle de l'attachement, l'enfant essaie de ne pas sentir son désespoir. Mais en se fermant lui-même aux sentiments, il rejette le langage de la relation affective qui fait que les humains sont plus humains.



L'enfant qui n'est pas attaché à la personne qui s'occupe de lui a en lui un vide qui donne le frisson. L'enfant qui vient d'un milieu maltraitant, avec un attachement à des personnes maltraitantes, est souvent désespéré et/ou enragé. Il est clair que cet enfant profite rarement de la conclusion réconfortante illustrée dans le dessin du cycle de l'attachement.

3. Qu'est-ce qui interrompt l'attachement ?

Les enfants sont vulnérables à de nombreuses situations qui les mettent à haut risque de perdre ou de ne pas former d'attachement. Il est possible d'éviter certaines, mais pas toutes. Parmi les raisons fréquentes pour lesquelles des

enfants perdent leurs figures d'attachement (figures parentales) ou présentent un problème d'attachement, il y a...

1. la séparation des parents pour un placement en famille d'accueil ;
2. l'adoption après qu'un attachement à une autre figure parentale soit survenu,
3. l'exposition prénatale aux drogues et à l'alcool ;
4. les traumatismes comme l'abus sexuel, la maltraitance physique et la violence domestique ;
5. la dépression majeure, la schizophrénie ou la maladie maniaco-dépressive chez la figure parentale ;
6. la dépendance aux drogues ou à l'alcool de la figure parentale ;
7. la vie en orphelinat ;
8. l'hospitalisation du parent ou de l'enfant, pendant laquelle l'enfant perd le contact avec son parent ;
9. la négligence.

L'incapacité de l'enfant à jouer sa part dans le processus d'attachement peut entraîner une contre-réaction chez ses parents. Ils se sentent rejetés et inefficaces quand ils ne peuvent pas être proches de leur enfant. Même dans des situations qui ne sont pas extrêmes, les parents peuvent se trouver sans ressources affectives, comme Chantal et Roger dans la vignette suivante.



.....PORTRAIT.....

- Chantal et Roger étaient pleins d'amour quand ils regardaient la photo
- d'Hélène, la petite fille qu'ils allaient adopter de Chine. Ils atten-
- daient un enfant qui allait bénéficier de leurs compétences parentales
- comme leurs trois garçons l'avaient fait. Quand Hélène rejoignit sa
- famille, Chantal fut surprise de la façon rapide dont ses sentiments
- d'amour pour Hélène s'étaient transformés en ressentiments. Hélène
- frappait sa nouvelle mère au visage, luttait pour tenir son biberon
- toute seule et poussait ses frères. Elle ne parlait pas, mais gémissait
- pendant des heures, ce que Chantal interprétait comme la preuve
- qu'elle n'était pas une bonne mère. Hélène avait appris à ne pas
- avoir de contact visuel. Chantal, qui était très visuelle, ne sentait
- pas de relation avec sa fille. Elle disait : « C'était terrible ! J'attendais
- que sa mère vienne la chercher ! Je me sentais immature et coupable
- tellement j'avais besoin qu'elle m'accepte ! Quand finalement elle a
- commencé à me répondre, je n'ai pas eu confiance, je pensais qu'elle
- allait encore me rejeter. Je gardais mes distances. Je criais tout le
- temps sur mes enfants, même quand je me jurais d'arrêter. Je criais
- sur eux tous, mais, en secret, je me blâmais et je blâmais Hélène. »

Parfois, la construction de l'attachement prend beaucoup plus de temps que prévu parce que l'enfant est plus jeune émotionnellement que son âge chronologique. Quand un enfant est adopté plus âgé, les parents ont besoin de prendre beaucoup de temps pour partager des activités qui créent des liens. Il y a déjà un dilemme social concernant l'équilibre entre la carrière et le temps nécessaire pour qu'un bébé s'attache. Quand un enfant plus âgé est adopté, il est encore plus difficile d'évaluer le très long temps nécessaire pour que parents et enfant forment un attachement. Avant l'arrivée de l'enfant, les parents peuvent penser indûment que leur enfant a de solides fondations d'attachement, et qu'il va transférer sur eux cet attachement à un donneur de soins antérieur. Ils s'attendent à ce que leur enfant commence à aller en garderie comme les enfants de son âge chronologique. Comme il est perturbé quand il passe trop de temps loin de ses nouveaux parents, ceux-ci prennent conscience qu'il est psychologiquement très jeune, et que ses fondations affectives sont perturbées. Les parents qui rencontrent des difficultés à construire un attachement avec un enfant sont face à des questions majeures.

Les préoccupations fréquentes sont

- Est-ce que cet enfant m'aime vraiment ?
- Suis-je la bonne personne pour élever cet enfant ?
- Qu'est-ce qui ne va pas avec moi ? Suis-je fou / folle ?
- Est-ce que c'est le symptôme d'un problème de couple ?
- Est-il possible de se sentir proche d'un enfant adopté après sa petite enfance ?
- Est-ce la poursuite de la malédiction de mon infertilité ?

Certaines de ces questions sont pleines de désespoir quand les parents, comme Christine, racontent leur histoire.



..... PORTRAIT

Christine, la mère de Jimmy, 5 ans, raconte : « Tous me disent que j'ai de la chance. Jimmy sourit d'une façon charmante à tout le monde ! Il continue avec un grand câlin et un gros bisou si nous le laissons faire. Il est sans arrêt en recherche de nouveaux parents, même s'il fait partie de notre famille depuis deux ans. Il évite nos baisers, préfère voler que demander, ment effrontément, et ne nous regrette pas quand nous le laissons quelque part. Nous ne sommes personne de spécial pour lui. Honnêtement, je ne pense pas que cela le dérangerait si nous étions remplacés demain ! » Son mari, Jean, un « bon père », est assis sans parler, son air triste et délaissé disant combien de tentatives de créations de lien ont échoué.

Les parents sont habituellement les premiers à savoir, de façon viscérale, qu'il y a quelque chose de terriblement faux dans le développement émotionnel de

leur enfant. Dans la vignette ci-dessus, les parents montrent que la confiance de base qui sous-tend la vraie indépendance manque. Les actions de l'enfant annoncent: «Je ne peux pas faire confiance à mes parents. Je suis tout seul. Je suis émotionnellement plus en sécurité en ne me préoccupant pas beaucoup de mes parents.»

Les parents, comme l'enfant, peuvent présenter des problèmes qui interfèrent avec l'attachement. Sans être maltraitants, les parents peuvent, malgré tout, avoir une tonalité affective qui empêche un attachement sécurisé. Suivant la métaphore de Bowlby, les parents peuvent avoir un «thermostat défectueux». Les parents qui repoussent les demandes de proximité de leur enfant ont un thermostat trop froid pour le consoler. Ils ne peuvent pas voir les signaux d'inconfort de leur enfant qui est seul, frustré ou triste. Les parents anxieux élèvent un enfant qui se sent mal à l'aise avec ses parents. Leur thermostat est réglé sur «bouillant». Cet enfant peut apprendre à partager la méfiance de ses parents devant le monde et s'inquiéter de sa sécurité. Les parents qui n'ont pas résolu leurs propres traumatismes peuvent se figer au milieu des interactions avec leur enfant. Leur thermostat fonctionne mal. L'enfant trouve cela perturbant, ne sachant pas trop s'il doit s'approcher ou rester à distance. Il se déplace et a trop chaud ou trop froid, mais est rarement à l'aise. C'est impossible pour lui d'apprendre la modulation émotionnelle avec de tels parents. En général, quand les parents essaient de trouver une sécurité émotionnelle dans leur enfant, plutôt que l'inverse, les résultats sont mauvais, pour les parents comme pour l'enfant. Dans ce cas, l'enfant devient le contrôleur du thermostat et apporte un soutien affectif à ses parents. C'est trop de pression pour la personnalité immature de l'enfant.

La règle de base est que, quand un enfant est placé, il va avoir avec ses nouveaux parents le même genre de relation que celle qu'il avait avec ses parents précédents ou avec les éducateurs de l'orphelinat. Sans intervention, ce style de relation persiste souvent. Les parents qui sont conscients à la fois de leurs propres défis et de ceux de leur enfant, pour former des relations de confiance et assurer une modulation affective, sont mieux placés pour développer des stratégies qui renforcent leur famille et pour faire face aux défis.

2

Les défis des enfants et les défis des parents

Il y a des tâches particulières à maîtriser, tant pour les parents que pour les enfants, après l'adoption d'un enfant plus compliqué. Les défis les plus fréquents pour les parents sont identifiés dans ce chapitre. Ce sont des défis normaux pour l'éducation plus compliquée qu'ils assurent, et ces défis s'ajoutent aux tâches parentales classiques. Les parents doivent comprendre que leur enfant n'est pas inférieur parce qu'il a des tâches supplémentaires pendant l'enfance. Par comparaison avec la plupart de ses pairs, cet enfant devra faire plus d'efforts pour jouir de stabilité et de bonheur dans la vie. Les parents travailleront dans ce but avec leur enfant.

1. Les défis des enfants

1.1. Quelle est la signification d'une famille ?

Au moment où l'enfant entend parler de famille, il s'est déjà formé une définition opérante du fonctionnement d'une famille. Cette définition peut être extrêmement différente des descriptions dans les livres pour enfants. Les enfants avec des problèmes d'attachement, de deuil et de traumatisme ont souvent des différences majeures dans leur compréhension du fonctionnement d'une famille. Ces différences concernent la compréhension de la permanence, du pouvoir, du partage et de l'attention donnée.

Élisabeth, 12 ans, décrit clairement le problème de permanence lors d'une table ronde.



..... PORTRAIT

- « Le travailleur social m'a dit que je ne déménagerais plus, mais je
- ne pouvais pas croire que je resterais vraiment dans cette famille.
- Il m'a fallu quatre ans pour finalement croire que j'allais rester avec
- ma maman pour le reste de ma vie. Je n'ai même pas été déplacée
- autant que certains enfants. J'ai commencé ma vie dans le service
- de soins intensifs de l'hôpital où je suis restée trois mois à cause
- du sevrage de drogues, et j'ai ensuite été placée dans ma première
- famille adoptive. J'ai été maltraitée. J'ai été ré-adoptée. Mais j'ai
- continué à penser que j'allais encore déménager.
-

- Je pense que je suis en deuil de deux mères – de ma mère de naissance et de ma première mère adoptive – et que je continuerai à être en deuil. Puisque j'étais si difficile, je pensais que j'étais le problème.
- Je sais maintenant que je n'ai été difficile que dans ma première famille adoptive où j'étais maltraitée. Le savoir m'a aidée à croire en moi-même et à reconnaître que je méritais une famille. »

Les enfants qui ont été déplacés ont besoin d'être rassurés sur la permanence de la famille. Ils sont souvent inquiets pour des raisons particulières. Les belles paroles ne les rassurent pas. Dans l'exemple ci-dessus, Élisabeth n'a pu accepter la permanence qu'après avoir compris le sens de son comportement difficile dans ses placements. Les enfants qui craignent d'être rejetés répugnent à révéler les «défauts» spécifiques qui, pensent-ils, méritent leur rejet. Après tout, pourquoi attirer l'attention pour augmenter les risques de rejet ?



ACCOMPAGNER

À ce sujet, vous pourriez décrire quelques-unes de vos propres bêtises d'enfants et à quel point vos propres parents sont restés à vos côtés. Vous pouvez même étendre la discussion à tout l'arbre familial pour trouver d'autres exemples de cohésion familiale après un comportement extravagant. Devant toutes ces histoires, l'enfant finira par concéder : «Finalement je n'ai rien fait d'aussi terrible que cela ! » Le réaliser l'aidera à prendre le risque de dire ses inquiétudes.

Certains enfants n'osent pas croire à la permanence parce qu'ils craignent que leurs parents meurent ou disparaissent. Cette peur est liée à des expériences plus précoces de perte que les enfants ont vécues. Jusqu'à 5 ans, tous les enfants croient qu'en parlant d'un sujet il se réalise. Il faut les mettre en confiance pour qu'ils partagent leurs inquiétudes. Les adolescents qui craignent le décès soudain de leur parent par maladie seront rassurés par des preuves concrètes.



ACCOMPAGNER

Il est facile de leur montrer les certificats médicaux qui accompagnent les documents d'adoption. Vous pouvez leur dire que la législation sur l'adoption tient compte du fait que ce serait trop dur pour l'enfant de vivre une autre perte. Le juge sait cela donc il vérifie que les parents ne mourront pas trop tôt, en particulier dans les familles monoparentales. Les enfants plus jeunes aiment bien qu'on leur lise les certificats médicaux contenus dans leur dossier d'adoption. Ils sont impressionnés par le côté officiel des papiers.

Parfois, les enfants ont peur que des « méchants » tuent leurs parents. C'est une crainte qui peut être dissipée en vérifiant les serrures de la maison ou le système de sécurité. Si vous avez un chien, vous pouvez expliquer à l'enfant que ses aboiements représentent une bonne protection. Un parent imaginatif est parvenu à convaincre son fils qu'ils avaient un « oiseau gardien ». Avant son adoption, des étrangers étaient venus la nuit dans la chambre de cet enfant. Bien qu'il n'ait eu aucun mal, il avait peur d'une intrusion et craignait pour le bien-être de sa mère. Il a pu dormir quand il a été persuadé que le canari veillait.



ACCOMPAGNER

Parfois, le thème des « méchants » est l'indicateur d'un traumatisme et une exploration en thérapie sera nécessaire pour apaiser l'enfant. Même dans ce cas, il est toujours utile que vous montriez votre force, votre vigueur et votre permanence.

Le pouvoir dans la famille est souvent un grand problème. Les enfants qui ont souffert de violence domestique ou de maltraitance font naturellement l'équation entre pouvoir, domination et brutalité. Le concept de quelqu'un capable d'être à la fois grand et maternel n'a pas de sens pour eux. Ils démontrent fréquemment qu'ils ne connaissent pas la signification d'une famille sûre. Ils cherchent régulièrement à exercer leur pouvoir sur les autres. Souvent ils blessent les autres pour les dominer.

Plutôt que de passer des heures sans fin à modifier les nombreux comportements inspirés par la crainte de la domination, il est préférable de s'intéresser aux comportements dans un contexte global de « découverte de la famille sûre ».



ACCOMPAGNER

Présentez à l'enfant les règles générales pour chacun en famille. Par exemple les parents veillent à la sécurité de la famille ; ils s'assurent qu'il y a de bonnes choses à manger dans la maison ; ils aident les enfants quand ils ont peur ; ni les parents ni les invités ne s'enivrent ni ne font de mal aux enfants ; les adultes agissent comme ils veulent, non pas parce qu'ils sont grands, mais parce qu'ils sont responsables ; les enfants qui blessent d'autres enfants devront réparer ; les parents définissent ce qui est juste. Certaines familles font parfois des panneaux qui décrivent les rôles de chacun avec des mots ou des dessins. Au fur et à mesure que les enfants découvrent la vie de famille, ils peuvent compléter la liste ou les dessins de l'affiche. Les affiches servent d'aide-mémoire. Si un enfant prend un ton sarcastique envers le parent pour vérifier si celui-ci va le maltraiter ou non, vous pouvez lui demander de regarder l'affiche pendant 10 minutes. Ensuite, il peut expliquer en quoi cette maison est différente des maisons où il a vécu et ce qui peut avoir déclenché sa réaction. Ou si l'enfant commence à se montrer effrayé par Papa,

vous pouvez lui demander de se souvenir de faits sécurisants le concernant. Ce type de discussion favorise un nouveau style d'apprentissage. Vous travaillez au départ des comportements, mais vous allez au-delà des comportements, vous faites découvrir votre famille et vous découvrez votre enfant. Ce sujet sera repris dans les chapitres 5 et 11.

Les familles saines fonctionnent selon un mode «gagnant-gagnant». En d'autres termes, elles mettent au point des moyens d'assurer les besoins de chaque membre simultanément. En découvrant cela, les enfants apprennent aussi à laisser un membre de la famille se mettre en évidence quand c'est approprié. Apprendre aux enfants comment partager en famille, est une compétence de base. Les enfants qui entrent dans une famille après avoir manqué d'occasions d'amour, d'attention ou de nourriture, réagissent souvent en voulant tout ce qui

Le besoin d'une spirale gagnant / non gagnant

Quand un enfant a peur de faire confiance, il trouve des solutions qui conduisent à une spirale sans gagnant.

Dilemme de l'enfant : la méfiance du parent associée à la dépendance du parent conduit à

Des solutions basées sur la peur de faire confiance : contrôler les parents pour s'assurer que ses besoins physiques et affectifs sont comblés. L'enfant ne prend pas le risque de faire confiance au parent ou d'avoir l'impression de céder.

Réaction du parent : « Je suis traité comme un parent maltraitant et négligent ! »

Éducation incohérente :

- a. plus d'effort
- b. indignation
- c. distance
- d. dépression

L'enfant contrôle encore plus : il réagit avec

- a. colère : « Pourquoi continuent-ils à se mettre à distance ? »
- b. confusion : « Pourquoi changent-ils ? »
- c. honte : « Pourquoi mes parents me rejettent-ils ? »
- d. deuil : « Je suis seul et incapable de garder des parents. »

L'enfant devient plus contrôlant quand il sent qu'il perd :

- a. il exerce plus de contrôle sur les parents
- b. il manque d'autocontrôle quand il avance dans le cycle

est disponible. Même quand leurs besoins sont satisfaits depuis des années, ils peuvent continuer à croire que les apports physiques et affectifs vont manquer. Quand les autres leur demandent de s'écarter, ils ont l'impression de perdre. Les autres membres de la famille peuvent se plaindre de se sentir exploités.



ACCOMPAGNER

Vous pouvez commencer à dialoguer avec l'enfant sur le fait d'en avoir « suffisamment ». Après un long moment sur vos genoux, vous pouvez lui demander si son cœur ou son « réservoir d'amour » est plein. Parfois, l'enfant est capable de dire « Oui ». Vous pouvez alors continuer : « Peux-tu garder en toi ce sentiment d'avoir assez d'amour ? » L'enfant peut s'entraîner à le ressentir. S'il ne sent pas que son réservoir d'amour est plein après des câlins, il peut en avoir plus. S'il a encore un sentiment de vide, discutez-en avec lui. Parfois, l'enfant découvre qu'en réalité ce sentiment n'est pas un besoin de plus d'amour et d'attention, mais de la tristesse ou du chagrin. Il sera plus réceptif s'il a réalisé que toute votre attention n'arrive pas à éliminer le sentiment de vide quand il a du chagrin. Le chapitre 4 explique comment parler de chagrin aux enfants.

Les enfants veulent parfois entasser des biens matériels ou de la nourriture dans leur cœur vide. Ici aussi, un exercice pratique aidera à comprendre que cette idée est fausse. Un parent commence la discussion de cette façon :



PORTRAIT

- « Jonathan, je pense que tu as un grand sentiment de solitude. Tu
- me demandes de plus en plus de choses pour te sentir mieux. Viens
- près de moi que je te berce un moment. Apporte les publicités sur
- les jouets. »
- Quand Jonathan est bercé et câliné, il se sent triste : « Parfois, je suis
- triste quand je pense à la maltraitance, Maman » dit-il. Il se balance
- encore un peu, soupire un peu et se sent réconforté. Quand Jonathan
- se sent mieux et qu'il reconnaît qu'il a eu « suffisamment » d'amour
- dans son réservoir d'amour, ils regardent les publicités ensemble.
- « Bien, j'aime aussi cette fusée », dit-il, « mais maintenant je ne dois
- plus l'avoir. Je n'ai plus l'impression que je dois avoir toutes les
- fusées. Je pense que j'en ai assez. »

Quand un autre enfant de la famille va recevoir une attention exclusive, c'est utile de s'y préparer à l'avance. Par exemple, Jeannette et sa maman discutent de la fête d'anniversaire de sa sœur qui doit arriver bientôt :



..... PORTRAIT

- Maman dit: «Comment te sentiras-tu, Jeannette, si tu commandes les
- amis de ta sœur ou si tu souffles les bougies du gâteau d'anniver-
- saire de ta sœur avant elle?»
- «Bien», dit Jeannette, «sauf que j'aurai des problèmes et que je me
- sentirai mal après.»
- Maman dit: «Cherchons une façon de te rappeler que tu as eu suffi-
- samment d'attention lors de ton anniversaire et que c'est bien pour
- ta sœur Anne d'avoir son tour.»
- Elles prennent un morceau de carton épais, de la taille d'une poche,
- et dessinent Jeannette, son gâteau, sa maman avec une légende
- «Jeannette a eu suffisamment!» Jeannette le met dans sa poche.
- Elle tapote sa poche plusieurs fois pendant la fête, se rappelant la
- leçon. Après le départ des invités, elle dit avec sérieux: «J'espère
- que tu as eu un bel anniversaire, Anne.» Anne l'embrasse et l'invite
- à venir jouer.
- Au moment du coucher, Jeannette et sa maman parlent de son grand
- effort pour partager l'attention. Maman écrit sur le calendrier qui est
- dans la chambre de Jeannette «Grande réussite!» Jeannette a décou-
- vert une situation «gagnant-gagnant» et comme on se sent bien de
- partager en famille. De telles leçons aident à développer des valeurs
- de respect mutuel. La leçon aurait échoué si la mère avait simplement
- acheté Jeannette. Elle aurait appris à faire un contrat basé sur son
- propre intérêt plutôt qu'à partager.

Les soins sont un problème majeur et déconcertant pour les enfants qui découvrent la signification d'une famille. Il y a deux façons pour les enfants de conceptualiser les soins. D'un côté, il y a des enfants qui, dans le passé, ont appris à essayer d'assurer d'abord certains des besoins du donneur de soins pour que celui-ci réponde en assurant les besoins de l'enfant. Ces enfants ont connu un classique renversement des rôles. D'un autre côté, il y a des enfants qui ont appris à faire des efforts pour faire réagir leur donneur de soins. Ils signalent leur détresse en gémissant, en se plaignant et en attirant une personne peu attentive, et se mettent en colère et dissocient quand la situation devient trop mauvaise.

Les enfants qui renversent les rôles vont souvent idolâtrer leurs anciens donneurs de soins après un placement. Ils pensent qu'ils n'ont tout simplement pas fait suffisamment d'efforts pour prendre soin de leur parent précédent et que s'ils pouvaient retourner près de lui, ils pourraient faire mieux. Bien sûr, ils sont en même temps furieux d'avoir un tel fardeau. Ils reportent souvent cette colère sur les autres et sur eux-mêmes. Ces enfants ont assuré la sécurité de leurs

parents et non l'inverse. Parfois, les enfants essayeront d'assurer les besoins de leurs nouveaux parents. Ou ils peuvent se comporter comme s'ils n'avaient pas de besoins que les parents puissent combler. Et pourtant ils se disputent et se chamaillent sans arrêt. Un enfant peut proposer de préparer le petit déjeuner pour son parent. Cependant, les nuages d'orage s'amoncellent si le parent lui demande de vider le lave-vaisselle. Ces enfants n'ont aucun entraînement à obéir aux demandes quotidiennes de leurs parents. Leur système de prise en charge d'eux-mêmes exclut d'obéir à leurs parents. Leur structure familiale est assez confuse, ils ne savent notamment pas qui établit les règles.



ACCOMPAGNER

Quand un tel enfant entre dans une nouvelle famille, il est préférable de ne pas se colleter aux problèmes de loyauté de prime abord. Il est préférable d'expliquer comment et pourquoi ces parents gèrent leur famille.

Valérie, une maman d'accueil-adoption, a parlé en ces termes à Charlotte lors des visites préalables au placement :



PORTRAIT

- « Je sais que tu as fait du mieux que tu pouvais en prenant soin de
- ta mère. Je te respecte pour cela. Cependant, notre famille fonctionne
- différemment. Je veux te faire savoir cela pour que tu t'habitues à la
- façon dont les choses marchent chez nous. Dans notre famille, j'aime
- beaucoup être celle qui prend soin des enfants – y compris de toi.
- J'aime bien préparer vos repas pour l'école! Qu'est-ce que tu aimes
- bien manger? Nous pouvons mettre ce que tu aimes bien au menu.
- Tu pourrais penser que cela semble trop facile pour moi de faire tout
- ce travail! Ne t'inquiète pas, tu auras des tâches. Tu auras aussi le
- travail difficile d'apprendre les règles de la famille. Cela va te sembler
- dur au début. »
- À ce moment, sa fille l'interrompt: « Ce ne sera pas dur pour moi! »
- Maman rit et continue: « Tu penseras probablement que je suis une
- maman autoritaire! Mais je ne suis pas une méchante maman. Mon
- autorité enseigne à mes enfants géniaux à avoir une vie géniale. »

Ce type d'échange est fait rapidement, avec un baiser et des rires. Vous pouvez rouler des yeux sur le terme *autoritaire*. En démarrant sur une note enjouée, vous insistez sur la notion de plaisir dans la famille. Et pourtant, le sujet attire l'attention de l'enfant en reconnaissant qu'il y a différents modes de fonctionnement

familial. Plus tard, après un temps d'ajustement, vous pouvez expliquer que c'est trop dur pour un enfant d'être responsable de sa famille. Si vous n'avez jamais eu cette discussion avec votre enfant, et que cela s'applique à sa situation, il n'est jamais trop tard pour en parler. Vous trouverez plus de détails sur le renversement des rôles et sur les méthodes appropriées pour renforcer l'attachement dans les chapitres 4 et 8.

Les enfants qui n'attendent pas de maternage cohérent et de grande qualité de la part de leurs parents forment le second groupe: des enfants qui ont des conceptions erronées sur les donneurs de soins et sur les soins. Certains enfants ont appris à contrôler leurs parents parce qu'ils se méfient. D'autres ignorent intentionnellement les parents comme figures d'attachement, comme Stéphane, par exemple:



..... PORTRAIT

- Stéphane a été adopté dans un orphelinat à 6 ans. Il était dans cet
- orphelinat depuis sa naissance. Même à 11 ans, après 5 ans dans la
- famille, il n'a pas d'idée de ce que signifie une famille. Pour lui, c'est
- un orphelinat particulièrement bien organisé, dans lequel les adultes
- ne changent pas. (Ses parents penchent aussi vers cette définition
- après 5 ans!) Il est sociable, mais continue à considérer sa famille
- comme d'autres résidents de l'institution. Il a pris peu de responsa-
- bilité dans son travail scolaire et la préparation de sa vie d'adulte.
- Stéphane confie, finalement, qu'il espère épouser une femme qui
- prendra soin de lui de la façon dont on prend soin de lui actuellement.
- Son modèle de vie continue à être son expérience de l'orphelinat. Il
- a appris les règles, les suit quand on l'observe et a ses relations les
- plus intimes avec d'autres enfants. Il est tellement indifférent qu'il n'y
- arrive pas. Il lui manque le concept de parents attentifs et aimants,
- avec qui il devrait former un attachement permanent.
- Jusqu'à ce qu'il vienne en thérapie, Stéphane a résisté au défi de
- l'engagement. Après avoir fait des efforts pour se rapprocher de ses
- parents, il décrit: «Je savais qu'ils voulaient m'aimer. Je me suis dit
- que seuls les bébés avaient besoin de cela. Je faisais des choses
- qui les rendaient fous pour qu'ils arrêtent d'essayer et me laissent
- tranquille. Parfois, j'ignorais ma mère et j'étais heureux de voir qu'elle
- en était blessée. Je suis content qu'ils n'aient pas renoncé!»

Les enfants qui se méfient de l'amour de leurs parents ont souvent besoin que ceux-ci les rassurent régulièrement. Il est utile pour les parents d'essayer de déterminer quand l'enfant se sent le plus méfiant. Jouer au détective avec des enfants qui sont d'accord donne souvent des indices sur les raisons pour lesquelles un enfant ressent certains sentiments.

Tous les outils pratiques pour accompagner des enfants abandonnés

Ce livre présente les différentes étapes du développement de tout enfant, puis explique les perturbations suite au traumatisme de l'abandon.

De nombreux sujets essentiels y sont abordés :

- les traumatismes, le deuil, et les troubles de l'attachement ;
- les différences entre âge émotionnel et chronologique ;
- les changements culturels et l'origine ethnique ;
- l'exposition prénatale à l'alcool et aux drogues ;
- l'identification des défis familiaux et comment y faire face en créant un cercle de soutien autour de la famille ;
- les interactions avec les professionnels de la santé mentale.

Ce guide fourmille de conseils pratiques et de suggestions, reposant sur des bases théoriques solides concernant l'attachement, le développement et les traumatismes précoces.

Dans la même collection



Deborah Gray est travailleuse sociale clinicienne, spécialisée en attachement, deuil et traumatismes. Elle a travaillé pendant 19 ans comme thérapeute d'enfants placés en accueil et en adoption et a été aussi famille d'accueil thérapeutique.



Françoise Hallet est maman adoptive, médecin scolaire et consultante dans une clinique de l'adoption belge.

Johanne Lemieux est travailleuse sociale et une thérapeute québécoise, auteur, conférencière, formatrice et créatrice de l'approche Adopteparentalité. Elle est également la maman adoptive de trois enfants.

27,90 €
ISBN : 978-2-8073-2686-6



deboeck
SUPÉRIEUR

www.deboecksuperieur.com