Conseillère conjugale et familiale (1)

« L'enfant est aux premières loges du divorce de ses parents »

En cas de divorce, la médiation permet aux adultes d'exprimer leurs conflits hors de la maison et de réfléchir à la meilleure manière de préserver leur enfant.

Dans quelle situation se trouve l'enfant dont les parents envisagent de divorcer ou de se séparer ?

Nathalie Graham : L'enfant est le premier concerné par la séparation ou l'annonce du divorce de ses parents. Il est aux premières loges. Dans ce contexte, l'enfant est inquiet, il peut se sentir coupable, croire que c'est de sa faute, qu'il est responsable de la séparation. L'enfant a besoin de sécurité, d'être rassuré. Et surtout de savoir ce qui va se passer : chez qui va-t-il habiter ? Quand verra-t-il ses parents ? Qui va déménager ? La fratrie sera-t-elle séparée ? Les interrogations sans réponse peuvent générer de l'angoisse que les parents ne voient pas forcément, pris eux-mêmes dans leur conflit et leurs questions. L'enfant peut alors se rapprocher de ses parents, s'immiscer dans les conversations, devenir agressif à l'école, refuser de s'endormir, développer diverses « stratégies » pour mettre en lien ses parents, parfois en changeant de comportement afin qu'ils s'occupent de lui et se détournent de leur idée de séparation. D'autres enfants peuvent se renfermer et se mettre dans une « bulle » de protection et de silence et se mettre à distance dans une fausse indifférence, se plonger dans leur scolarité ou dans des activités en dehors de la famille.

L'enfant est-il alors plus exposé aux conflits de ses parents ?

N. G. : On peut imaginer que la décision de se séparer n'arrive pas dans un contexte de zéro conflit… L'important est de distinguer la nature du conflit. L'enfant apprend de ce qu'il voit, entend et ressent. S'il sent que ses parents sont en capacité de se séparer en respectant les intérêts de chacun, c'est évidemment moins angoissant que la mise en scène de reproches, de critiques et de désaccords qui pourrait en plus le prendre à témoin. Un enfant est comme équipé de capteurs et, tout petit déjà, perçoit tout ce qui se passe. Les parents s'imaginent parfois que comme les enfants sont couchés ou pas dans la pièce, ils n'entendent pas. Ils disent : *« On ne se dispute jamais devant les enfants. »* Mais l'enfant sait bien. Il sait dire s'il y a des cris, des bruits, des silences, des menaces, des coups, des larmes… Il peut avoir peur ou pas de s'interposer, se mettre dans un rôle de protecteur, s'il sent un parent trop en difficulté ou en danger, ou chercher à faire diversion. Il sait si le conflit est « à armes égales » ou si c'est toujours le même qui a mal. La période la plus difficile est bien souvent celle qui précède le déménagement qui sépare le couple. Pendant cette cohabitation, les tensions sont extrêmes et les règles du passé (« jamais devant les enfants ») deviennent compliquées à respecter.

Comment les parents peuvent-ils protéger leurs enfants ?

N. G. : Entre le délai de la décision de la séparation et la fin de la procédure, il s'écoule parfois plusieurs mois durant lesquels les conflits peuvent exploser. Le service de médiation familiale constitue à ce titre une vraie aide pour les parents, tant pour l'organisation de leur séparation que pour la façon dont ils vont l'annoncer et l'expliquer aux enfants. La séance de médiation qui réunit les parents sans les enfants permet aux adultes de continuer à se parler, de penser à la meilleure manière de préserver la famille de ce bouleversement familial. Ainsi les gros conflits larvés vont s'exprimer en médiation au lieu d'exploser à la maison.

Comment rassurer l'enfant dans un contexte de séparation ?

N. G. : Le plus douloureux pour l'enfant est de se sentir pris dans un conflit de loyauté. Il ne peut pas choisir son camp entre le père et la mère qui se déchirent. Dans ce moment-là, il est important d'être vigilant afin de voir si l'enfant développe des signes de mal-être. Sans aller forcément au-devant de ses questions, trouver avec lui des moments privilégiés, des supports, des rituels pour l'aider à retrouver un équilibre et un espace pour parler. Et surtout ne pas hésiter à se faire aider et accompagner.

RECUEILLI PAR **FRANCE LEBRETON**

(1) Directrice de l'association Alternative, service de médiation familiale, de soutien à la parentalité et Lieu Écoute Violence.
5 place de la République. 78300 Poissy. **RENS. :** 01.30.74.49.34 ou www.alternative78.org

Retrouvez les cahiers Parents & enfants sur www.la-Croix.com.