

# Les mots et les silences des enfants \*

*Théologien, il a exercé 20 ans  
comme pasteur. Aujourd'hui  
formateur, psychothérapeute.  
Membre titulaire de la SFG.*

*Jean-Paul Sauzède*

**L**ors de la séparation d'un couple, les différents acteurs (juridiques ou sociaux) sont volontiers envahis par la douleur et parfois la violence exprimées au sein du couple. Comment, dans ce contexte, l'enfant qui continue à grandir se structure-t-il et maintient-il ses repères parentaux ?

Dans le cadre du CERAFF-MÉDIATION, nous avons organisé des groupes d'enfants de quatre à six participants. Ils sont rassemblés par tranche d'âge, entre quatre et douze ans. Ils sont tous issus de couples en séparation.

Nous les réunissons, soit parce que les parents en ont fait eux-mêmes la demande, soit sur proposition du médiateur familial, lorsque les parents sont eux-mêmes en médiation.

L'accord écrit des deux parents pour la participation de l'enfant est sollicité. Nous rencontrons les parents au moins une fois durant le processus des rencontres. Les groupes s'étalent sur quatre à cinq séances. Chaque séance, qui dure environ une heure trente, est animée par une médiatrice, éducatrice de jeunes enfants, ainsi que par moi-même, psychothérapeute.

---

\* Paru dans *Enfance et Psy*, 1998, N° 4

Initialement, la participation aux groupes était gratuite. Nous voulions l'offrir à toutes les familles désireuses de proposer ce suivi pour leurs enfants. Nous sollicitons aujourd'hui une faible participation financière.

L'objectif n'est pas ici de décrire le contenu et le déroulement des groupes mais de faire part de nos observations cliniques sur les attitudes et réactions des enfants face à la séparation de leurs parents. Au fur et à mesure de cette expérience nous avons fait six constats.

## CROIRE AU COUPLE

Le fantasme ou l'archétype du couple idéal, et des parents réunis, en dépit de leur séparation, subsiste. *"J'ai essayé, dira Adrien, neuf ans, de réunir mes parents, mais ça a raté. Je n'essaierai plus, j'ai compris !"* Dans toutes les tranches d'âge que nous avons côtoyées ce fantasme demeure. Il est incontestablement structurant pour l'enfant, qui a besoin de se rassurer sur la possibilité qu'un couple soit uni, à commencer par son propre couple parental. C'est à regret, même si c'est avec soulagement, que ce même enfant, et d'autres, vont reconnaître que la séparation était nécessaire, *"qu'il y avait trop de cris et de violences à la maison", "que papa et maman vont mieux"*. L'enfant a un deuil à faire, souvent douloureux, celui de ses parents idéaux. Des plus petits qui marient les nounours entre eux, aux moyens qui jouent des mariages sur le guignol, en passant par les plus grands qui parlent de leur propre projet de vie conjugale, la séparation ne vient pas entacher cette projection d'un couple parental idéal.

Il ne s'agit pas, à nos yeux, d'une résistance ou d'une négation de la réalité, mais au contraire d'une narcissisation de l'enfant. *"Là où les parents ont échoué, je réussirai !"*

## LOYAL AVEC CHACUN

L'enfant maintient, on pourrait dire maîtrise, une relation privilégiée et particulière avec chacun des deux parents. Il vit un écartèlement dans une relation bipolaire où doit être maintenue, pour sa propre sauvegarde et sa constitution identitaire, une relation particulière aux deux parents.

Ce phénomène est intéressant dans les fratries : la loyauté à l'égard du parent perçu comme faible est partagée entre les frères et sœurs. De plus, les comportements relationnels que nous avons pu observer avec l'un et l'autre parent se reproduisent, dans un mimétisme identitaire, entre frères ou sœurs.

Enfin, nous avons particulièrement observé la loyauté comme attachement privilégié et protecteur de la part de l'enfant à l'égard du parent le plus faible, et paraissant, pour l'enfant, le plus vulnérable du fait de la séparation.

Matthieu et Aurélie viennent ensemble au groupe enfants. Leur père est dans la dépendance de l'alcool. Ils n'en savent rien, tout du moins consciemment, et leur mère n'ose pas nommer la maladie de leur père. Nous rencontrerons celui-ci lors de la dernière séance du groupe alors qu'il est en état d'ébriété. Les deux enfants ont à l'égard de leur père un comportement totalement différent de celui qu'ils ont eu avec leur mère. Ils s'adaptent au mode relationnel de l'un et l'autre parent, semble-t-il, pour leur plaire et ne pas les perdre, et bien sûr pour protéger le parent faible. L'enfant semble avoir perdu, du fait de l'éclatement du couple parental, une sécurité suffisante pour être totalement lui-même... D'autant que d'autres attachements vont se présenter. Il faudra faire avec le nouveau beau-père ou amant(e). *"Ma belle-mère me plaît bien, disait Luc, mais quand même elle ne peut pas être mieux que ma mère !"* Alors, comment va-t-il à la fois plaire à son père en appréciant sa belle-mère, sans déplaire à sa propre mère ? Et l'enfant se confronte à une multiplicité de questionnements, conscients et souvent inconscients, sur ses attitudes justes à l'égard de ce monde mouvant et insécurisant des adultes.

## LES ÉMOTIONS À DISTANCE

L'enfant au cœur de la séparation veut s'assurer d'une reconnaissance et d'une sécurité affective parentale suffisante. Pour cela, il va compenser ses propres sentiments, et souvent l'expression de ses colères et frustrations à l'égard des parents, par un surinvestissement, scolaire par exemple.

Il finit par mettre à distance son monde émotionnel et vivre une sorte d'écartèlement. Il est pris par l'impératif désir d'une réunion de ses parents, par le désir d'exprimer l'émotion de colère, souvent intériorisée, qu'il peut avoir pour l'un ou pour l'autre d'entre eux, et l'impérative nécessité de leur plaire pour ne pas rompre le lien.

Cette non-expression de l'émotion contribue, et sans doute provoque, des troubles somatiques, des comportements agités ou régressifs (troubles du sommeil, manifestations cutanées, énurésie, difficultés de concentration). Formes que l'enfant trouve pour exprimer son angoisse solitaire et fantasmatique d'être lui-même abandonné par ses parents, s'il ne répond pas à leurs désirs.

## PARENTS RESPONSABLES, ENFANTS NON COUPABLES

Contrairement aux observations courantes des pédopsychiatres, qui relèvent souvent une culpabilité et une responsabilité de la part des enfants quant à la séparation de leurs parents, nous n'avons jamais rencontré une culpabilité consciente quelconque. Rappelons, à ce sujet, que les enfants viennent, soit sur décision de leurs parents, soit du fait que les parents eux-mêmes sont en médiation familiale. Il y a donc un pré-requis de motivation parentale et sans doute de dialogue interne à la famille éclatée qui a vraisemblablement déplacé la responsabilité de la séparation sur les parents. *"C'est une affaire de grands"* dit Alexis, sept ans. L'affaire est entendue. L'enfant subit, mais il n'est pas acteur de la séparation. Ce contexte attesterait que là

où les parents nomment leurs responsabilités et la séparation comme relevant de leur conflit de couples, les enfants ont moins tendance à prendre à leur charge cette violence intra-familiale que peut représenter le divorce.

## UNE SOLITUDE INQUIÈTE

Les enfants que nous avons rencontrés vivent une certaine solitude. Ils parlent peu dans leur quotidien de la séparation de leurs parents. Ils ne pleurent pas de ne pas voir un parent pendant des semaines ou des mois. Ils n'en parlent pas chez eux pour ne pas réveiller la douleur ou prendre le risque de l'échec, voire même celui de perdre l'attachement d'un des parents. Et s'ils se plaignent de l'absence d'un des parents, ou de la présence de la belle-mère ou du beau-père, c'est d'abord pour regretter l'union du couple parental initial, mais pas pour exprimer en profondeur une émotion.

Ce n'est pas la séparation qui en est la cause, mais la solitude d'un enfant qui n'est ni exprimée ni entendue. Les enfants de parents séparés qui ont participé aux groupes sont souvent raisonnables, comme si le divorce de leurs parents les avaient trop vite mûris. La crainte de l'abandon, la loyauté envers les parents faibles les ont entraînés vers une absence d'expression de leur ressenti, une solitude, et une parentification à l'égard de leurs propres parents et en particulier bien sûr à l'égard du parent envers lequel s'exerce la loyauté.

## DES SECRETS TROP LOURDS

Cette solitude de l'enfant favorise les secrets. ils sont multiples :

– d'abord le secret de la violence d'avant la séparation. Ce qu'ils ont entendu à travers la cloison, vu en entrouvrant la porte, ou senti sans que rien ne soit nommé. Cela ils l'ont gardé et ces

secrets apaisent la douleur de la séparation en lui donnant des causes objectives ;

– c'est ensuite le secret de ce qui se passe chez l'un des parents, que seul l'enfant connaît et que l'autre parent va solliciter. A quelle loyauté obéir ? Garder le secret et ne pas trahir, ou choisir d'être loyal envers le parent curieux ;

– ce sont enfin les secrets fantasmatiques de l'enfant, élaborés pour expliquer la séparation, ou pour justifier un acte, jugé par lui répréhensible, d'un des deux parents.

Nous avons, au cours des groupes, installé une boîte où chacun des enfants peut déposer un secret sans que celui-ci soit dévoilé à quiconque, dans ou hors le groupe. Réflexion d'Antoine, neuf ans : *"Et si vous perdez la boîte ?"* (!) Si quelqu'un pouvait se mettre à lire ces secrets !

Cela dénote l'inquiétude des enfants sur le risque de dévoilement de leur intimité. Au démarrage des groupes, nous avons posé la règle de la confidentialité. Plusieurs fois, des enfants sont allés vérifier que les parents étaient bien partis, hors de la salle d'attente, pendant la séance. Un enfant a vérifié que, lorsque nous parlons, personne ne pouvait entendre depuis la salle d'attente. C'est dire la crainte et l'insécurité de l'enfant, la peur que sa solitude et sa parentification inconsciente ne soient dévoilées.

Pour alléger le poids du secret : la parole des enfants, qui dans la confidentialité et l'intimité de la relation du groupe permet de rompre la solitude, favorise l'expression des émotions, dénoue souvent des sociogrammes familiaux complexes, réprecise et nomme la place des deux parents, autorise à se dire, et redire l'espoir de voir les parents réunis. La parole des enfants exprime aussi la douleur des visites trop espacées, le ressentiment face au beau-père mal-aimé ou l'impossibilité à combler le vide affectif de la mère. Permettre à l'enfant simplement de trouver sa place, et d'être lui-même, dans la séparation de ses parents.

### **Résumé**

*Six remarques tirées d'une pratique de groupes d'enfants de parents séparés : absence de culpabilité de la part des enfants, fantasme du couple idéal, tension bipolaire entre les parents, risque de clivage dans l'expression de l'enfant, solitude et parentification, importance majeure du secret.*

