

QUAND LA GARDE ALTERNÉE rend les enfants malheureux

▶ C'est une réalité douloureuse à laquelle nombre de parents séparés sont confrontés.

▶ Les vacances de Pâques sont arrivées et avec elles une semaine chez papa et une semaine chez maman pour pas mal d'enfants. Selon les chiffres de Statbel, il y aurait quelque 23 000 divorces par an en Belgique. Mais il n'existe pas de chiffres, sur le nombre d'enfants en garde alternée : tous les couples ne passent pas devant un juge et règlent cela à l'amiable...

Dans ce format de vie, certains enfants ont du mal à ressentir un bien-être : *"Pour grandir, les enfants ont besoin de stabilité et de sécurité. Le fait d'être 'transvasés' d'une semaine à l'autre chez son père puis chez sa mère, avec des règles de vie*

différentes et des valeurs transmises qui peuvent se contredire, c'est difficile. À chaque fois, cela implique une réadaptation", souligne Nathalie

Vancrayenest, coach parentale et scolaire.

LE TRUC, C'EST QUE L'ENFANT ne verbalise pas son mal-être, c'est donc aux parents d'être à l'écoute des signes de malaise : agitation, cris, pleurs au moment du départ ; visage inerte, regard perdu à l'arrivée chez l'autre parent ; comportement agressif ; alternance de moment "pot de colle" et de rejet. La souffrance peut être telle que l'enfant va régresser : *"énurésie, encoprésie, parler bébé,*

besoin de fusion avec le parent rassurant", énumère Nathalie Vancrayenest.

Ajoutons à ces signes toutes les manifestations psychosomatiques comme les crises d'asthme, eczéma, maux de ventre, fatigue, état dépressif, fièvre, vomissements, perte d'appétit, ano-

rexie...

La solution tient en quelques mots, sans jamais être simple : *"Les parents confrontés au rejet gagnent à se mettre à l'écoute de l'enfant, de l'adolescent."* À mettre aussi de côté le respect de leur "droit" pour entendre les besoins de l'enfant (s'ils les expriment) comme *"céder sur un samedi, sur une heure"*. Il s'agit de faire preuve de souplesse, de patience, et de présence aussi, à la hauteur de son/ses enfant(s).

Les parents confondent souvent égalité de temps et égalité d'amour. *"Ce n'est pas parce que vous voyez moins votre enfant qu'il vous aime moins. Privilégiez la qualité de la relation à la quantité de temps, sans devenir un parent seulement tourné vers le loisir et le plaisir"*, rappelle la praticienne.

E.W.