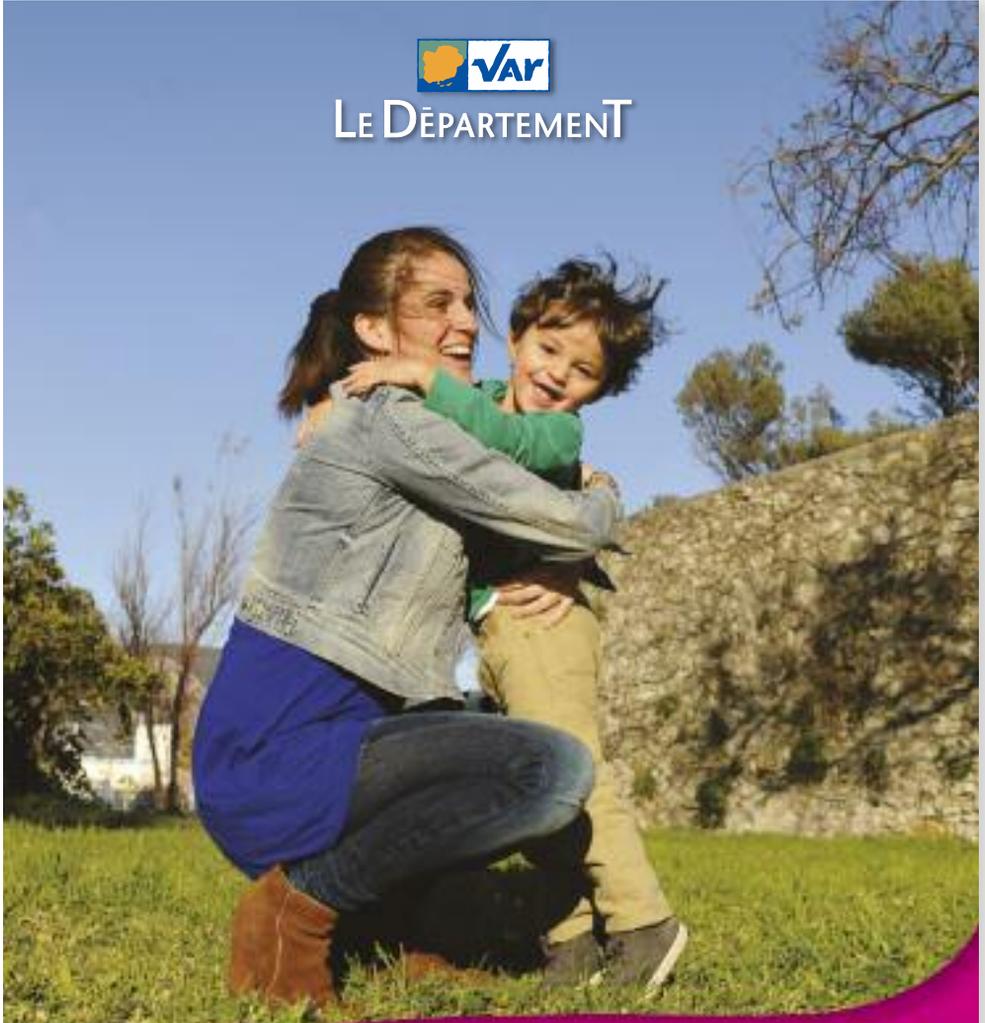




LE DÉPARTEMENT



GUIDE PRATIQUE
SOUTIEN
À LA PARENTALITÉ
ADOPTIVE

par **Michel Delage**, psychiatre et **Alexandrine Sanchez**, psychologue clinicienne

PARTOUT, POUR TOUS, LE VAR ACTEUR DE VOTRE QUOTIDIEN



ALCOSS



SOMMAIRE



QU'EST-CE QUE LE LIEN D'ATTACHEMENT ?



LES BESOINS D'ATTACHEMENT SELON L'ÂGE DE VOTRE ENFANT



QUAND CHERCHER UNE AIDE ?

28 CONCLUSION

29

ADRESSES UTILES



DEVENIR PARENTS, EN ADOPTANT

Un enfant est arrivé à la maison, vous êtes parents et c'est un grand bonheur. Vous allez vivre une relation d'amour avec cet enfant qui fait parti maintenant de votre famille.

Cependant, vous devrez toujours avoir présent à l'esprit que votre enfant a été abandonné. Il va vous falloir une attention particulière, beaucoup de temps et d'énergie, un niveau élevé de réflexion, pour qu'après l'entrée difficile dans la vie qu'il a connu, vous puissiez avec votre enfant vivre des relations merveilleuses.

Bien sûr, tous les enfants demandent beaucoup d'attention et de disponibilité. Mais avec le vôtre, vous devrez de plus, gagner sa confiance. Il pourra lui arriver d'être mal à l'aise avec vous, et même de se méfier de votre amour, ou de douter que vous l'aimiez vraiment, tellement il a pu être déçu par les adultes auparavant.

Ce petit guide est destiné à vous aider à construire un lien d'attachement de bonne qualité avec votre enfant et vous apporter des conseils avisés. Il n'envisage que les principales situations. Il est possible que vous ne trouviez pas toujours les réponses que vous attendez, mais il se veut un encouragement.

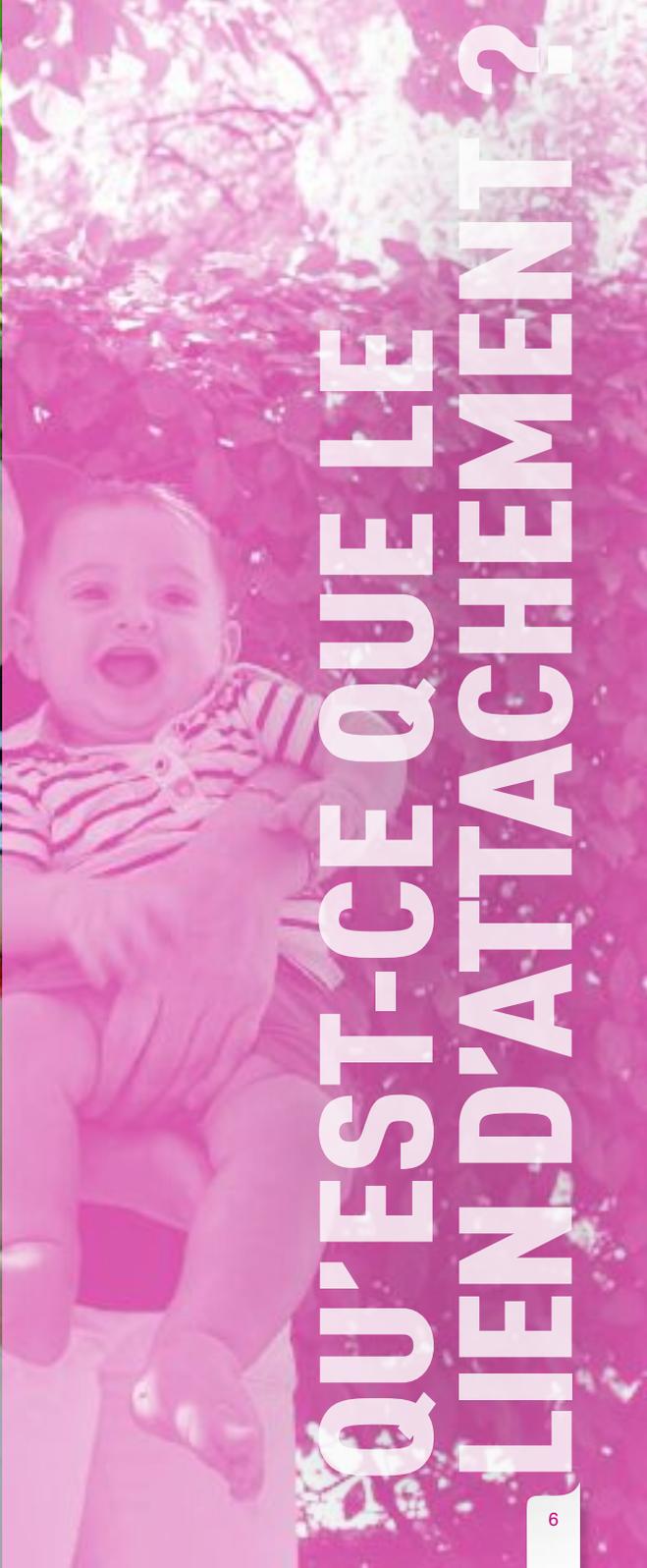
À partir des quelques préconisations ci-dessous, ce guide peut, éventuellement, vous éviter d'avoir recours à une aide spécialisée. Cet accompagnement, face à certains aspects du comportement de votre enfant, ne remet pas en doute vos compétences parentales. Cependant et face à certains aspects du comportement de votre enfant, il sera nécessaire de se mettre à plusieurs pour les comprendre.

Plus vite on trouvera les réponses adéquates, meilleur sera son développement.

Le Directeur de l'Enfance du Département du Var

Remerciements

Le Département du Var tient à remercier tout particulièrement
Michel DELAGE, psychiatre et Alexandrine SANCHEZ, psychologue clinicienne,
pour leur implication dans la rédaction de ce «petit guide de soutien à la parentalité adoptive».



QU'EST-CE QUE LE LIEN D'ATTACHEMENT ?

Lorsqu'un enfant arrive au monde, il est un petit être démuni, qui ne peut survivre que grâce aux soins qu'on lui prodigue.

Ses parents sont habituellement soucieux de lui apporter tout ce dont il a besoin.

De cette manière l'enfant grandit dans un environnement fait de chaleur et de sécurité.

Qu'est-ce que le lien d'attachement ?

L'enfant apprend à connaître ses parents, à avoir confiance en eux, à les aimer, et en retour à avoir confiance en lui. Il se sent aimé, et donc un bon enfant. Il manifeste en général son contentement pour le bien être qu'il éprouve, pour la qualité des soins qu'il reçoit. Il le montre par le sourire, les câlins, les caresses. Les parents de leur côté se sentent gratifiés par cet enfant qui leur montre son affection. Ainsi enfant et parents se donnent et reçoivent mutuellement de l'amour.

De cette manière l'enfant est attaché avec «**sécurité**» à ses parents. Si pour une raison ou pour une autre, il se sent mal, en détresse, il le manifeste. Il pleure, il crie, il s'agite, et les parents accourent, comprennent ce qui lui arrive, le calment et le réconfortent.

Dans cette protection que vit l'enfant, son cerveau développe des compétences qui l'aident à construire de bonnes relations avec autrui, à se montrer ouvert à son environnement et curieux de ce qui l'entoure.

Le début de vie de votre enfant ne s'est peut-être pas aussi bien passé

- Sa mère biologique a peut-être souffert au cours de la grossesse, et cela a pu avoir des répercussions sur son développement, surtout dans les 3 derniers mois.
- Pour des raisons diverses, il n'a peut-être pas reçu les réponses adéquates à ses besoins quand il était tout bébé.
- L'attachement qu'il avait commencé à construire a peut-être été interrompu.
- Il a vécu dans des conditions de stress important.

C'est au cours de la première année de l'existence que s'établissent les bases de l'attachement, c'est-à-dire que l'enfant repère une ou des figures de soins sur lesquelles il peut compter.

Mais quand l'enfant n'a pas connu dès le début les soins affectifs appropriés, quand il a subi la maltraitance, quand il a été abandonné et qu'il a séjourné dans un orphelinat ou en collectivité, la sécurité est pour lui toujours problématique.

Il est plus ou moins parvenu à développer des attachements avec les adultes qui se sont occupés de lui. Mais ce sont des «**liens insécures**».

► Pour qu'un attachement "insécure" devienne plus "sécure"

À votre contact et dans l'ambiance calme et sereine que vous saurez lui procurer tout en lui offrant un environnement stable avec des points de repères bien établis, votre enfant pourra le plus souvent réparer les blessures du début de son existence. Il peut les corriger et finalement aboutir à cette sécurité et à cette confiance que nous venons d'évoquer mais il sera important que vous puissiez repérer certains éléments méritant de votre part une patience, une disponibilité et une attention particulière :

- Il peut arriver que les besoins d'attachement de votre enfant soient amplifiés. Cette attitude peut s'expliquer du fait qu'il a appris à avoir de la méfiance dans ce que les adultes peuvent lui apporter. Il n'est pas sûr, il peut à la fois montrer beaucoup d'exigences, pleurer souvent et en même temps avoir besoin de garder près de lui les figures d'attachement que vous devenez. Il peut redouter particulièrement d'avoir à se séparer de vous. C'est pourquoi il est important qu'au début vous soyez particulièrement disponible. Le mettre à la crèche ou à l'école trop vite n'est sans doute pas une bonne idée.
- Il est possible que votre enfant tout à l'inverse du cas précédent n'exprime pas beaucoup de besoin. Il a l'air d'être assez calme, assez facile. Il cherche volontiers à se débrouiller tout seul dès que cela lui est possible. En réalité, il a appris à ne pas compter sur les adultes parce que ceux-ci sont plutôt une source d'insatisfaction. A contrario, il a compris que pour les garder près de lui, il ne faut pas les importuner. Exprimer des demandes, geindre, pleurer, risque d'aboutir au rejet. En fait, votre enfant a du mal à construire un attachement avec vous. Il faut lui laisser le temps en lui montrant toute votre attention, mais en respectant ses craintes. Au fond, il s'agit de réaliser un travail de rapprochement avec lui, tout doucement, par petites étapes. Là encore, il vaut mieux garder votre enfant près de vous au début, et ne pas trop vite le mettre à la crèche ou à l'école. Cela risquerait de le conforter dans l'idée qu'il ne doit pas trop s'attacher à vous.



En résumé

L'enjeu de l'adoption c'est la construction d'un attachement de bonne qualité et sécure avec votre enfant.

Ces comportements que nous venons de signaler ne sont pas annonciateurs de grandes difficultés et un peu de temps et de patience vont vous permettre de trouver peu à peu les bons ajustages, de vous « accorder » les uns les autres.

▶ Parfois cependant, les choses sont plus complexes



C'est le cas lorsque votre enfant se montre souvent stressé en proie à des crises de larmes importantes ou à des colères, qu'il est instable, imprévisible, agité ou au contraire éteint et inhibé sans que vous puissiez comprendre ce qui se passe. Vous êtes en présence d'un enfant déroutant que vous ne parvenez pas à bien apaiser. Vous ne parvenez pas à construire avec lui un attachement satisfaisant. Cela ne va pas vous aider si vous vous mettez à penser que vous n'êtes pas un parent compétent.

Ce ne sont pas vos compétences qui sont en jeu. Ce sont les compétences de l'enfant, conséquences des stress et traumatismes qu'il a subi avant de vous rencontrer.

Donc, dans les mois qui suivent l'arrivée de votre enfant à la maison, nous pouvons finalement retenir 3 cas de figures :

- Votre enfant construit avec vous un attachement confiant, de bonne qualité. Tout se passe bien entre vous. Vous êtes bien partis ensemble. Vous n'avez plus qu'à continuer.
- Votre enfant construit un attachement avec vous. Mais au fil du temps, certains aspects de son comportement, certaines modalités relationnelles avec vous paraissent problématiques. Le lien que vous construisez ensemble demeure infiltré des mauvaises expériences du passé.
- Votre enfant ne parvient pas à construire avec vous un attachement satisfaisant. Des obstacles se dressent sur la route. Malgré vos efforts, votre enfant connaît des difficultés importantes. Il ne faut pas attendre pour recourir à une aide spécialisée.

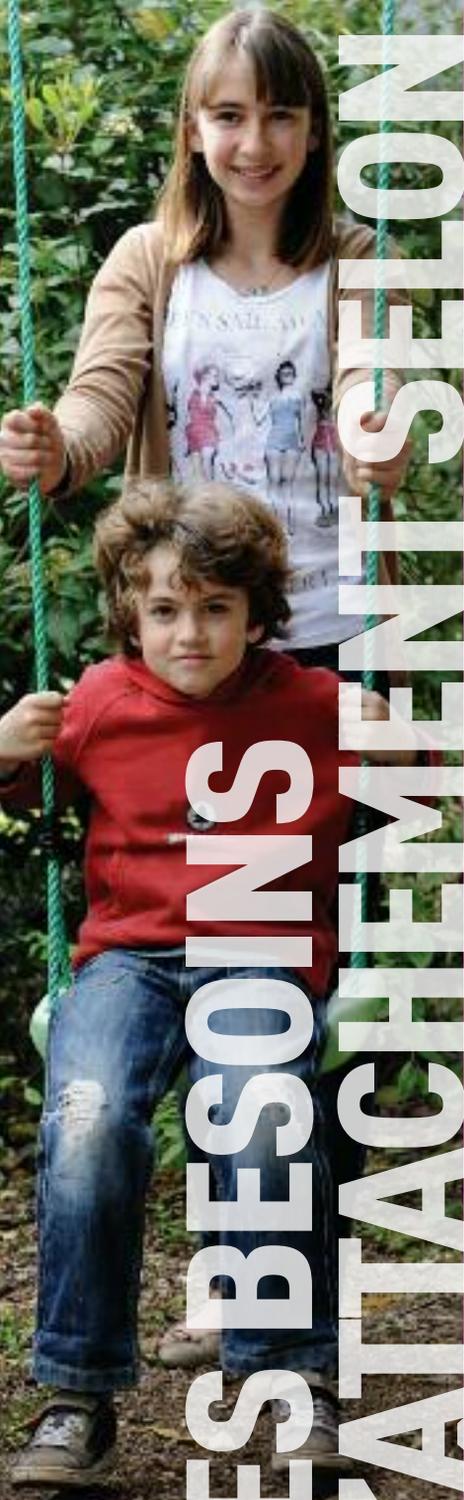
Nos conseils

D'une manière générale si vous vous sentez fatigués, usés, irrités par le comportement de votre enfant, ou bien si vous avez des doutes sur vos ressources, sur les compétences que vous mobilisez, il ne faut pas attendre plus longtemps et solliciter une aide spécialisée. Le temps joue contre vous.

Vous pouvez dire que cela va aller mieux, que les difficultés vont passer, et c'est peut être vrai. Mais il est possible également que les problèmes s'aggravent, se chronicisent, que des malentendus durables se créent avec votre enfant. Plus ce dernier va avancer en âge, moins les difficultés seront réversibles.

Nous allons maintenant examiner les étapes spécifiques qui se présentent à vous en fonction de l'âge de votre enfant.

LES BESOINS D'ATTACHEMENT SELON L'ÂGE DE VOTRE ENFANT



Retenons, que lorsque les besoins de l'enfant n'ont pas été satisfaits dès les premiers temps de son existence, son âge affectif ne correspond pas à son âge réel.

Ainsi un enfant de trois ans par exemple a des attentes affectives qui sont celles d'un enfant d'un an et demi ou deux. D'une manière générale, l'âge réel de l'enfant est divisé par deux, pour le situer au niveau de ses besoins affectifs. Il a ici « un retard », qu'il va peu à peu rattraper grâce à vos soins que vous prodiguerez pendant plusieurs mois, ou même parfois plus d'un an.



▶ Le bébé

→ Votre tâche principale est d'introduire auprès de votre bébé beaucoup de tranquillité, de stabilité, de régularité dans les rythmes, en maintenant une présence calme, et continue sans brusquer l'enfant.

- Cependant il est possible que vous soyez étonnés par certains aspects de son comportement. Il y a des indicateurs qui peuvent orienter vers des difficultés de développement affectif :
 - Bébé ne s'installe pas dans un rythme régulier au niveau des repas et des heures de sommeil.
 - Il paraît anormalement passif, ou au contraire anormalement stimulé.
 - Il a des difficultés au niveau de l'alimentation.
- Deux indicateurs sont particulièrement évocateurs :
 - Vous ne parvenez pas à établir un contact oculaire. À trois mois, l'enfant ne regarde pas dans les yeux, ne sourit pas, ne babille pas.
 - Quand vous prenez votre enfant dans les bras, il arque le dos, et évite de se blottir contre vous.
- Au bout de quelques mois, ces troubles s'amplifient :
 - L'enfant ne supporte pas que vous le touchiez.
 - Il se calme en se balançant ou en frappant la tête, sans chercher votre aide.
 - Il a des changements d'humeur mal compréhensibles.

Dans ces situations, vos capacités éducatives seront primordiales.

En effet, ces indicateurs supposent que vous puissiez remplir certaines tâches spécifiques.

- ➔ D'abord, passez beaucoup de temps auprès de l'enfant. Cela nécessite que vous soyez suffisamment disponible pour rester près de lui, en lui parlant d'une voix calme et douce, en lui chantant une chanson, en même temps que vous le bercez d'abord par la médiation du berceau, sans chercher à le prendre tout de suite dans vos bras.
- ➔ Il a besoin d'abord d'être rassuré, car ce bébé a connu un environnement hostile. Le but est d'obtenir un contact peau à peau. Mais il ne peut se faire que progressivement. Vous pouvez commencer par lui caresser la paume des mains, ou la plante des pieds. Vous pouvez poursuivre en prenant des bains ensemble. Et puis peu à peu vous parviendrez à prendre bébé dans vos bras, et à le bercer dans vos bras, toujours en lui parlant beaucoup. Lorsque bébé ne se raidit plus, vous regarde en souriant, c'est gagné.

Nos conseils

Au cours des 6 premiers mois, l'essentiel est de parvenir à créer avec votre enfant, une relation tendre, réconfortante et chaleureuse durant laquelle il parvient à s'abandonner dans vos bras en toute quiétude. Cette étape se fera en douceur, avec beaucoup de présence, beaucoup de tranquillité, beaucoup de régularité et de rythme dans les soins.



▶ Entre 6 et 18 mois

Quand votre enfant arrive à la maison à l'âge de 6 mois, il a déjà ébauché la construction d'un attachement avant de vous rencontrer. Celui-ci n'est pas sécurisé.

Mais même si des lacunes existent dans les apports précédents, l'enfant s'est attaché à une personne privilégiée, ou un environnement familial.

La rencontre avec son nouvel environnement peut être pour lui une source d'insécurité.

Cela peut se manifester par la perte, provisoire, de certaines acquisitions, par des troubles du sommeil, par une humeur irritable : il a l'air parfois hébété, d'autre fois tellement excité que vous avez du mal à le calmer.

→ Deux indicateurs majeurs sont particulièrement évocateurs :

- La difficulté à vous regarder dans les yeux.
- La résistance lorsque vous cherchez à le prendre dans vos bras.
Il peut même alors se débattre et frapper.

Nos conseils

À cette phase du développement, il n'est pas très indiqué d'utiliser une garderie ou une crèche pour deux raisons :

- Votre enfant ne pourra construire un attachement avec vous que si vous le gardez près de vous, et que vous assurez ainsi une présence et une disponibilité suffisantes.

- Votre enfant dans une structure d'accueil de la Petite Enfance, vit de nouvelles expériences de séparation qui sont autant de rappels des situations d'insécurité qu'il a pu connaître auparavant.

Dans cette situation, vous allez considérer que votre enfant a des besoins de bébé. Vous allez devoir, comme précédemment, passer beaucoup de temps auprès de lui, en lui parlant doucement, en lui caressant les joues, la paume des mains ou la plante des pieds.

Il est important que vous parveniez à établir le contact peau à peau, et le regard yeux dans les yeux. Il peut être utile que vous utilisiez le biberon, même lorsque l'enfant a passé l'âge. Cela peut favoriser notamment le contact oculaire.

Il s'agit ici d'une proposition, ce n'est pas une obligation. Si l'enfant refuse, vous ne devez pas insister.

Mais cela peut valoir le coup de refaire un essai quelques jours plus tard.

Vous pouvez également chercher le jeu avec l'enfant, et prolonger les moments de plaisir. C'est dans ces moments que le contact oculaire peut se mettre en place.

Prenez des photos, des vidéos, puis passez du temps à les regarder ensemble avec l'enfant. Évidemment chaque parent à son rôle à jouer. Maman et papa, tous les deux, chacun avec votre style vous devez passer du temps avec votre enfant.



Entre 18 mois et 2 ans et demi

C'est la période où s'effectue un virage dans le développement de l'enfant. Il commence à agir sur le monde. Il rencontre en même temps des limites, des règles et des rituels. Auparavant, les tâches nourricières primaient et donc la recherche de réponses adéquates à ses besoins. Maintenant apparaissent des tâches éducatives, bien sûr encore rudimentaires.

Mais comme nous l'avons évoqué plus haut, votre enfant peut présenter un retard sur le plan affectif. Cela signifie qu'il a encore beaucoup de temps à passer pour moduler ses émotions.

Il peut être spécialement envahi par des émotions négatives, d'autant plus qu'il éprouve des difficultés à comprendre les limites claires qu'on cherche à lui fixer. Il est spécialement important ici de mettre la priorité sur tout ce qui peut valoriser l'enfant. Il a souvent développé, avant de vous rencontrer, une image négative de lui-même.

La confrontation à des obstacles peut accentuer cette vision. C'est pourquoi, il peut avoir des difficultés à accepter les limites.

Cela peut devenir pour lui un enjeu particulier. Par exemple, il peut s'ingénier à ne pas écouter ou à ne pas faire ce qu'on lui dit. De cette manière, il suscite la réprobation, ou le rejet, c'est-à-dire un style d'échange avec les adultes qui lui est familier.

De cette manière, il n'est pas déçagé. C'était comme cela dans la vie d'avant.

- À nouveau, vous devez faire preuve de beaucoup de patience, maintenir votre cap, sans trop vous montrer irrités ou énervés, en étant toujours prêts par ailleurs à aider votre enfant à développer ses émotions positives. De même, au niveau de la propreté, l'enfant peut être en retard dans l'acquisition du contrôle sphinctérien. L'acquisition de la propreté ne doit pas devenir un sujet de bataille. Il ne s'agit pas que les enjeux affectifs se cristallisent autour de ce problème, et que se chronicise une relation entre un enfant « mauvais » et un parent « incapable ».

En tant que parent, vous devez accepter que votre enfant puisse avoir des difficultés à ce niveau, mais là encore tout en gardant gentiment le cap.

- Les aspects relationnels de votre enfant doivent être valorisés. Passez du temps à jouer avec lui, en particulier les jeux où l'on se cache et où l'on se trouve. Plus votre enfant vivra des expériences agréables, plus il éprouvera des émotions positives, mieux il pourra construire un attachement de bonne qualité avec vous. L'enjeu à cet âge n'est pas qu'il obéisse. L'enjeu est qu'il vous soit d'abord bien attaché. Et après, il pourra obéir.
- Sachez que lorsque vous vous sentez irrités, énervés, il y a de fortes chances que votre enfant, lui, soit en détresse. Il peut manifester un comportement mal adapté voir difficile en réponse à une situation qui l'insécurise. De plus, il a besoin, sans que cela soit vraiment conscient chez lui, d'apprécier vos réactions, c'est-à-dire de les évaluer, de les tester.
- Vous devez alors vous efforcer de ne pas répondre sur « le terrain de votre enfant ». Il vous faudra faire un écart, en vous demandant qu'est-il en train de vivre de son côté. Si vous êtes en colère, il est probablement en colère aussi, mais en même temps angoissé. Il ne s'agit pas pour autant de laisser faire votre enfant lorsqu'il se comporte de manière répréhensible.

- Si vous le punissez, évitez de l'isoler dans sa chambre. Vous lui faites vivre une expérience douloureuse, une rupture du lien avec vous, au moment où il était susceptible d'avoir besoin de votre contact. De même quand vous le punissez physiquement, vous risquez de le confirmer dans l'idée qu'il ne peut avoir confiance en vous et obtenir votre aide, parce que vous êtes quelqu'un susceptible de lui faire du mal.

Nos conseils

Quelle est l'attitude la plus adaptée ? À cet âge vous manifesterez votre autorité, en vous accroupissant face à votre enfant, pour être bien à la hauteur de son regard, et pour pouvoir lui dire les yeux dans les yeux, ce que vous attendez de lui. Et puis, vous le gardez près de vous, manière de lui montrer que vous ne le lâchez pas. Et enfin, vous lui montrez votre satisfaction lorsqu'il s'est comporté en vous obéissant.

Il s'agit que votre enfant puisse comprendre qu'il gagne une meilleure relation avec vous en se comportant comme vous le souhaitez.

Ainsi se construit la confiance et un bon attachement. Mais attention : n'en déduisez pas qu'il faut séduire l'enfant, et lui laisser entendre que vous l'aimerez davantage s'il vous obéit, tandis que vous ne l'aimerez plus s'il vous désobéit. Cela aurait des effets catastrophiques sur votre relation.

▶ Entre 2 ans et demi et 4 ans

Ce découpage en différentes phases est approximatif. Bien évidemment les dates peuvent être décalées selon le développement affectif de l'enfant. Pensez que si vous avez adopté votre enfant à cet âge, il est susceptible d'avoir vécu des expériences fortement douloureuses dont il commence à garder le souvenir.

- Habituellement, c'est vraiment dans cette période que se développent les tâches éducatives. C'est à ce moment là, que les enfants comprennent qu'ils ne sont pas le centre du monde, que tout ne leur est pas permis. Ils commencent à comprendre qu'il faut tenir compte du point de vue des autres. Ils apprennent à contrôler leur comportement, tout au moins par courtes périodes. Ils deviennent capables, s'ils font des bêtises, d'intérioriser la honte et la culpabilité.

Votre enfant du fait des difficultés antérieures qu'il a probablement rencontrées, n'est pas encore dans un état d'esprit suffisamment disponible pour bien investir les tâches éducatives. Le point essentiel est de vous assurer que l'enfant est capable de comprendre le point de vue des autres et donc en particulier votre point de vue, ainsi que de respecter le point de vue des autres. **C'est ce que l'on appelle l'Empathie.**

Mais cela veut dire, que de votre côté, vous puissiez développer vos propres capacités empathiques. Cela suppose que vous acceptiez que l'enfant puisse avoir un point de vue

différent du vôtre, et puisse par conséquent ne pas vouloir obéir. Il s'agit juste alors pour vous de garder le cap, fermement, tranquillement. D'un côté vous ne renoncez pas à ce que vous exigez de votre enfant. Mais d'un autre côté vous ne cherchez pas un contrôle absolu sur son comportement.

- Dans ces conditions, vous devez réfléchir à l'idée d'une collaboration avec votre enfant. Vous y parviendrez d'autant mieux :
 - Que les limites posées sont claires, cohérentes et constantes.
 - Que vous encouragez l'enfant et le valorisez, lui permettant de construire une image positive de lui-même .
 - Que vous l'aidez à exprimer avec des mots les émotions et sentiments qu'il peut éprouver. L'enfant agit ce qu'il a du mal à penser et à exprimer. Il faut lui parler et l'aider à s'exprimer pour transformer son comportement en pensée.
 - Que vous différenciez clairement les rôles de maman et papa, mais de telle sorte que de votre côté, vous soyez en capacité d'établir une bonne collaboration entre vous.
- En termes d'attachement, nous sommes donc à l'époque de ce que l'on nomme le partenariat corrigé quant au but. Cela veut dire qu'on est capable de fixer un objectif et d'œuvrer ensemble pour atteindre cet objectif. Cela concerne tous les partenaires de la relation. Ainsi se développe un esprit de coopération entre les parents, et avec l'enfant.

C'est un moment clef dans le développement de l'enfant.

- Lorsque l'enfant a construit un **attachement sûr**, cette phase se passe habituellement sans trop de difficulté. L'enfant a construit un lien de confiance inconditionnelle avec ses parents. Il est possible que les parents manifestent du mécontentement vis-à-vis de ce qu'a fait l'enfant. Mais cela ne remet pas en cause la qualité du lien.
- Il n'en va pas de même dans **les attachements insécures**. À plus forte raison, si votre enfant n'a pas encore bien construit un attachement avec vous, alors qu'en même temps son comportement est en partie l'héritier des mauvaises expériences d'avant. Dans ces cas, l'enfant n'est pas dans un lien de pleine confiance avec vous.

Il a pu construire une relation positive avec les nouveaux parents que vous êtes pour lui. Mais à la faveur d'une difficulté, d'une situation où il a pu mal se comporter et susciter votre réprobation, les expériences antérieures de rejet, de maltraitance, peuvent être réactivées.

→ La conséquence de tout cela est qu'il y a bien souvent des enjeux affectifs qui viennent contrecarrer les tâches éducatives.

- Si d'un côté, il s'agit de tenter de cadrer son comportement, il est souhaitable d'un autre côté, de se soucier de ses besoins d'apaisement et de protection. Parfois il est important d'accepter ou même de l'aider à régresser à un stade plus infantile.
- Une attention particulière doit lui être accordée au moment du coucher. Votre enfant a pu vous en faire voir de toutes les couleurs dans la journée, mais quand vient le soir, et le moment du sommeil, des angoisses l'envahissent. C'est à ce moment que vous devez passer du temps avec lui, avec le souci de le rassurer, de lui parler de son adoption, de son histoire, en n'hésitant pas à le bercer pour qu'il s'endorme.

À cet âge, il est possible d'accepter que votre enfant puisse venir dormir dans votre chambre. Mais il n'est pas indiqué qu'il couche dans votre lit. Prenez plutôt des dispositions, pour qu'il soit dans un lit provisoire, à côté de vous.

Nos conseils

Retenez que votre enfant, tout particulièrement s'il est à la maison depuis peu, mais même si vous l'avez adopté bébé, a besoin de sentir votre totale acceptation et votre amour, même quand il se montre insupportable.

S'il fait des crises de colère, essayez de le contenir physiquement, et pour cela le prendre dans vos bras, de le serrer fort, puis de lui parler en le réconfortant.

Entre 4 ans et 6-7 ans

Le grand changement dans le développement de l'enfant est lié à la fréquentation de l'école. L'attitude de l'enfant face aux apprentissages est fonction de l'attachement.

→ Si votre enfant rencontre des échecs scolaires, s'il n'a pas l'air d'investir positivement l'école, si l'enseignant se plaint de son comportement parce qu'il se montre instable, turbulent et agressif avec les autres, il y a de fortes chances que votre enfant soit dominé par l'insécurité, le manque de confiance, des enjeux affectifs qu'il ne maîtrise pas et qui viennent polluer les tâches d'apprentissages.

Il s'agit ici de ne pas trop se crispier sur les objectifs scolaires, et de garder en tête que si l'enfant parvient à être affectivement plus tranquille, les choses iront mieux à l'école.

Vous devez donc rester proche de votre enfant, être encourageant, avoir le souci de sa protection, lui proposer des moments d'intimité, l'aider à aller vers les autres et à faire preuve d'initiatives.

- Beaucoup de temps peut être consacré à l'histoire de votre enfant et à son adoption. Il a besoin de construire une histoire cohérente de sa vie. Par conséquent, il faut parler de l'abandon. Vous pouvez vous aider ici des documents en votre possession. Vous pouvez confectionner un album. Bien sûr des inconnus demeurent. Certaines questions resteront sans réponse. Votre enfant peut accepter cela s'il acquiert la certitude que vous ne lui cachez rien, et que ce qu'il ne sait pas, vous ne le savez pas non plus.
- En même temps, dans cette histoire, que vous cherchez à construire avec votre enfant, vous devez être très attentif à faire la part des choses, sans porter aucun jugement, notamment sur les parents biologiques de l'enfant, mais en acceptant aussi que l'enfant puisse être en colère contre quelqu'un et l'exprimer.

- Vous devez passer du temps pour aider l'enfant à mettre des mots sur ce qu'il ressent, et aussi à formuler des questions complexes.

- Comme les capacités d'abstraction et de raisonnement sont encore limitées à cet âge, il est possible que votre enfant comble certaines lacunes dans la compréhension de la situation, en ayant recours à l'imagination et à la **pensée magique**.

Vous devez être attentif à ce genre d'activité mentale pour essayer de la canaliser.



Par exemple, vous ne devez pas laisser votre enfant imaginer qu'il pourrait être pour quelque chose dans son abandon.

Ou encore, vous ne devez pas le laisser penser, que s'il fait trop de bêtises ou qu'il se montre méchant, il va retourner dans un orphelinat ou auprès de ses parents maltraitants.

Il peut aussi imaginer que sa mère biologique va venir le reprendre, et vous devez là encore le détromper. Il n'est pas sûr que votre enfant vous parle de tout cela. Il ne le fera que s'il est dans une relation de pleine confiance et que si vous suscitez son expression. Donc, une fois de plus, il est question de la qualité de l'attachement que votre enfant peut construire avec vous.



Nos conseils

Avec votre enfant, vous êtes toujours dans la nécessité de maintenir un environnement stable, cohérent, une vie bien ritualisée, évitant si possible, les facteurs de stress, et en particulier ceux qui tiennent aux séparations.

À cet âge là, votre enfant a besoin de parler avec vous. Il peut accepter une absence provisoire de votre part, mais au-delà de 5 à 6 jours, cela peut lui devenir spécialement douloureux.

▶ Entre 6-7 ans et 12 ans

Les tâches précédentes se poursuivent. La vie de votre enfant va être dominée par les apprentissages, les rencontres avec les autres enfants, et la place qu'il occupe dans la famille.

- Il a en général besoin de revenir sur son histoire de vie, et de se sentir soutenu dans l'exploration de son passé. Certains enfants semblent ne se poser aucune question à ce niveau. Mais c'est bien souvent parce qu'ils sentent l'embarras de leurs parents, et qu'ils perçoivent l'existence d'une barrière. Il ne s'agit pas seulement de donner des informations à votre enfant sur son adoption. Il s'agit de vous montrer disponibles, ouverts à toutes questions et réflexions. Ce qui compte pour votre enfant c'est de trouver du sens à ce qu'il a vécu, et à ce qu'il vit maintenant.



Nos conseils

En même temps, votre enfant continue d'avoir besoin de vérifier la solidité du lien.

Vous devez pouvoir accepter des moments de régression, des besoins de câlins avec maman ou avec papa.

▶ À l'adolescence :

Votre enfant a besoin à cette période de son existence, de mieux se connaître lui-même. Il doit aussi se dégager de votre influence. Pour tout adolescent, la marche vers l'autonomie est source de nombreuses contradictions. En même temps, la vie émotionnelle est intense. C'est l'époque de l'émergence du désir sexuel, des premiers émois amoureux.

En général un adolescent adopté vit cette période avec une intensité encore plus grande. En effet, pour lui les enjeux de l'individuation, avec la séparation qu'ils comportent, la mise à distance des parents qu'ils entraînent, réactivent souvent la problématique d'abandon. Cette problématique se conjugue avec les interrogations identitaires.

Pour se sentir quelqu'un, il faut établir des points de comparaison et de ressemblances avec celui, celle, ceux dont on est le fils ou la fille. Et c'est ici que surgissent pour l'adolescent adopté bien des questions sans réponse : « Je suis qui ? d'où je viens ? Je ressemble à qui ? Je n'ai rien demandé, pourquoi ceux-là qui se disent mes parents sont-ils venus me chercher ? Pourquoi moi ? ».

Dans ce besoin identitaire de l'adolescent, de mettre ses parents à distance, le conflit peut prendre place. L'adolescent adopté peut éprouver l'envie de repousser ses parents violemment. Il peut soudain les sentir comme des étrangers pour lui. Mais, en même temps, il a besoin de pouvoir toujours compter sur eux. Il a besoin d'être sûr de ce lien construit avec eux. C'est ici la période la plus difficile, la plus importante.

- Votre adolescent a besoin de sentir que malgré les tensions, les conflits, les difficultés, le lien demeure indéfectible. Il a besoin de sentir que malgré votre mécontentement, malgré votre colère, vous l'aimez et vous ne remettez pas en cause le lien d'attachement que vous avez construit.
- Cela ne signifie pas pour autant que vous devez être des parents cool, gentils en toute occasion, avec le souci d'éviter les conflits.
- Vous devez demeurer parents, toujours soucieux de maintenir le cadre stable, toujours occupés à garder le cap, toujours prêts à discuter, communiquer, échanger, mais sans lâcher votre point de vue.
Une nouvelle fois, il vous faudra beaucoup de temps et de disponibilité, il vous faudra comprendre que derrière certains désordres comportementaux, votre adolescent peut exprimer une détresse, et l'attente d'une aide extérieure, même si cette attente est consciemment refusée.
- Parfois, la situation peut devenir tellement difficile, que votre enfant n'écoute plus ce que vous lui dites. Il transgresse les interdits, par exemple en consommant de la drogue, en ayant de mauvaises fréquentations, en adoptant des comportements qui le mettent en danger.
Pensez alors que ces comportements sont ceux d'un adolescent en crise mais plus particulièrement qu'ils témoignent d'un désarroi, d'une détresse, et qu'ils peuvent signifier une attente, l'attente des marques de votre affection. C'est un peu comme lorsque tout petit il pouvait faire des crises de colère, de pleurs, avec le besoin de recevoir un câlin et vos marques réconfortantes de tendresse.
Mais, maintenant, à l'adolescence, votre enfant ne peut plus vraiment réclamer un câlin, il ne peut plus venir sur vos genoux.

Trop de proximité physique avec vous n'est pas supportable. Alors, il faut lui parler, beaucoup lui parler, non pas pour le raisonner, mais pour essayer de comprendre, pour essayer d'évoquer des choses un peu intimes qui concernent les émotions et les sentiments. Évidemment, il faut saisir les moments propices pour ces conversations, et vous rapprocher alors de votre enfant, pour parler le plus librement possible avec lui.

- Pensez que l'adolescent agit sa vie, et que bien souvent les actes viennent à la place d'une pensée qui peine à mettre en ordre la complexité de ce qu'il vit. Il a besoin que vous l'aidiez à mettre en pensée ce qu'il fait, tel que vous le comprenez, et il a besoin aussi d'entendre répéter ce que vous appréciez et ce que vous n'appréciez pas dans ces comportements.

Il est possible que tout cela soit très difficile, parce que c'est trop tendu entre vous, parce que vous vous sentez trop blessé parfois, ou parce que des zones de fragilité sont réveillées en vous.

C'est pourquoi, dans ces situations, la relation a souvent besoin d'être travaillée avec un tiers professionnel. Celui-ci peut vous aider à retrouver la sécurité dont vous avez besoin les uns les autres, votre enfant bien sûr, et vous aussi.



À noter

Concernant l'adoption internationale, il est important que vous teniez compte du contexte culturel de son pays d'origine et de ses particularités dans la manière de vous comporter avec votre enfant.

Il ne s'agit pas de l'élever dans sa culture mais de la prendre en considération.

Il est désormais dans votre famille et il va apprendre à vivre dans la culture française.

Cependant des étapes transitionnelles sont nécessaires afin que votre enfant ait le temps de s'adapter.

La manière de vous occuper de lui, l'alimentation, que vous allez lui apporter, la manière de lui parler, tout ce qui apparaît dans un monde perceptif et sensoriel doivent tenir compte de ce qu'il a jusqu'ici connu dans son pays d'origine, afin de ne pas le confronter brutalement à un monde qui pourrait lui apparaître comme étrange et inquiétant parce que trop éloigné de ce qu'il connaît.

Nos conseils

Même si l'adolescence de votre enfant est difficile, son issue sera le plus souvent positive et heureuse, lorsque dans son enfance le lien d'attachement que vous avez construit avec lui s'est établi sur un mode « sécuritaire ».



Par contre tout sera beaucoup plus difficile, si vous avez construit avec votre enfant un lien d'attachement « insécure ».

C'est pourquoi, il ne faut pas hésiter à demander une aide professionnelle, quand votre enfant est encore petit et que vous éprouvez des difficultés dans la relation avec lui.

Plus votre enfant est petit, plus il est possible de créer les conditions appropriées pour construire ensemble un attachement de bonne qualité, plus votre enfant grandit, plus il sera difficile de remédier aux problèmes d'attachement.



QUAND CHERCHER UNE AIDE ?

Cependant malgré tous vos efforts, et toutes les compétences dont vous faites preuve, votre enfant peut être en difficulté, et la relation entre vous est rendue douloureuse par le stress que vous vivez ensemble. Pour vous aider à solliciter l'intervention d'un tiers professionnel, essayons de préciser à quels moments une aide spécialisée paraît souhaitable.

Quand solliciter une aide pour votre enfant ?

- Il montre de façon durable des signes de détresse. Il dort mal, il est agité et irritable. Il ne parvient pas à beaucoup se détendre en votre présence, il a des troubles du comportement alimentaire. Petit, il a du mal à acquérir la propreté. Plus grand, la relation avec lui est difficile. Il a tendance à mentir et à voler.
- Il a, en classe des troubles de l'apprentissage, et il manifeste des troubles déficitaires de l'attention.
- Il se montre durablement préoccupé par sa situation d'enfant adopté. En même temps, il est difficile d'évoquer avec lui son histoire. Cela déclenche beaucoup de tristesse et d'émotion.
- Il présente des crises de colère fréquentes et mal compréhensibles ou disproportionnées par rapport aux circonstances.
- Vous avez la notion que votre enfant a été victime de graves maltraitements, ou qu'il a été témoin de violences.
- Malgré le temps qui passe, la relation de confiance ne parvient pas à s'installer entre vous. Votre enfant reste à distance, refuse le contact physique ou en éprouve du malaise. Pensez aussi que cette relation de confiance n'est pas non plus établie, si votre enfant reste collé à vous, et vit douloureusement la moindre séparation.



Une aide, aussi pour vous les parents !

Vous vous sentez tendus, usés, fatigués. Dans les premières semaines, les premiers mois de présence de votre enfant à la maison, toute l'attention et la disponibilité qu'il vous demande vous fatiguent légitimement. Cependant, la persistance d'un stress important au-delà de quelques mois, doit vous indiquer que les fondements sont problématiques dans le lien d'attachement que vous tentez de construire.

Ainsi vous devez être vigilants aux éléments suivants :

- ➔ Malgré vos efforts, vous avez du mal à vous attacher à votre enfant.
- ➔ Vous êtes amenés à vouloir contrôler de façon excessive, au point de vous mettre parfois hors de vous, de crier, de hurler, voir de frapper.
- ➔ Vous vivez la relation avec votre enfant, comme un engagement dans une épreuve de force.
- ➔ Certains ou tout le monde dans la famille se sentent usés, fatigués.
- ➔ Vous êtes en tension dans votre couple, car vous n'êtes pas d'accord sur l'attitude à adopter. La collaboration entre vous les parents s'établit mal.
- ➔ Vous vous apercevez que, finalement, vous négligez votre vie de couple, tellement vous êtes accaparés par votre rôle auprès de l'enfant.
- ➔ Vous êtes ébranlés par vos certitudes, et vous ne savez plus très bien comment vous y prendre.

N'hésitez pas à vous rapprocher



▶ Des services du Département du Var

- de la Maison de l'Adoption du Département du Var *(coordonnées page 29)*.
- des professionnels des Territoires d'Action Sociale et Médico-Sociale du Département du Var dont vous dépendez. Une équipe pluridisciplinaire composée de travailleurs sociaux de l'Aide sociale à l'enfance, de médecin de la Protection Maternelle et Infantile, de psychologue et de puéricultrices est à votre disposition. *(Identité et coordonnées de votre référent pages 29 et 30)*.

▶ De votre médecin traitant

▶ Des Consultations Adoption ex Consultations d'Orientation et de Conseils à l'Adoption (COCA) :

Docteur Jean-Charles Combe :
chef de service de pédiatrie à l'Hôpital de Hyères
Tél. 04 94 00 24 71

▶ Des Organismes agréés pour l'Adoption (OAA)

(coordonnées page 30).

Conclusion

En prenant connaissance de ce livret, peut-être avez-vous trouvé des éléments qui se rapportaient à votre situation, mais peut-être pas. Il n'était pas question d'envisager toutes les situations que vous pouvez vivre avec votre enfant.

Nous souhaitons que vous puissiez retenir de cette trame générale trois points :

- ➔ L'enjeu de l'adoption est de parvenir à construire avec votre enfant un lien d'attachement de bonne qualité. Cela passe par un savoir-faire de parents, dans lequel vous ne devez jamais oublier que votre enfant a vécu, plus ou moins longuement, des expériences difficiles avant de vous connaître.
- ➔ Si votre enfant vous met en difficulté, que vous vous posez des questions du style :
 - Est-ce qu'il m'aime ?
 - Est-ce que je l'aime vraiment ?
 - Est-il malade ?
 - Qu'est-ce qui marche mal entre nous ?

Alors n'attendez pas, demandez un avis spécialisé. Le plus souvent quelques entretiens vous aideront à opérer les bons réglages pour que vous puissiez construire une « bonne vie » avec votre enfant. Au contraire, dès que les problèmes sont devenus chroniques, ils sont beaucoup plus compliqués à travailler.

- ➔ Au fond quand on construit une maison, il vaut mieux entreprendre certaines modifications avant que les murs soient montés. Après ça devient difficile. La maison que vous pouvez construire avec l'enfant adopté est la suivante inspirée de la « carita » qui veut dire maisonnette en espagnol, terme qu'utilise beaucoup Stefan Vanistendael* pour rendre compte de la construction de la résilience.

*Secrétaire général adjoint du Bureau International Catholique de l'Enfance - Genève

Cette « carita » comporte d'abord un socle constitué par la satisfaction des besoins matériels et physiologiques élémentaires.

Puis il y a les fondations proprement dites qui reposent sur l'acceptation inconditionnelle de la personne de l'enfant (pas obligatoirement son comportement) et la construction de l'attachement.

Au rez-de-chaussée de la maison se développe la capacité de donner un sens et une cohérence à la vie que l'on mène.

Au 1^{er} étage loge l'intime de soi, les compétences, la capacité d'aborder l'existence avec humour.

Et puis cette maison possède un grenier, qui permet d'avoir une place pour découvrir diverses expériences.

Nous vous souhaitons bonne vie avec votre enfant.

Adresses utiles



➔ Maison de l'Adoption

Département du Var

adresse postale : 132 avenue Lazare Carnot

CS 11207

83070 TOULON Cedex

Téléphone : 04 83 95 21 05 - 04 83 95 20 86 - 04 94 83 95 21 07

➔ Association « Vivre en Famille »

24 rue Beaussier

83500 LA SEYNE-SUR-MER

Téléphone : 04 94 06 67 34

➔ Unité Territoriale Sociale *(à remplir par le travailleur social)*

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Téléphone :

→ Unité de Promotion de la Santé

(à remplir par le travailleur social)

.....

.....

.....

.....

.....

Téléphone :

**→ Consultations Adoption
ex Consultations d'Orientation et de Conseils à l'Adoption (COCA) :**

Docteur Jean-Charles Combe :

chef de service de pédiatrie à l'Hôpital d'Hyères

Téléphone : 04 94 00 24 71 *(standard)*

→ Organismes Agréés pour l'Adoption (OAA)

(à remplir par le travailleur social)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

→ Associations

Bibliographie



« Moïse, Œdipe, Superman. De l'abandon à l'adoption »

par Sophie MARINOPOULOUS, Catherine SELLENET,
Catherine Vallée (Édition Fayard-2003)

« Comment répondre aux questions des enfants »

par Fanny COHEN HERLEM (Édition Pascal - 2008)

« L'attachement, un lien vital »

par Nicole GUEDENEY (Édition Fabert- 2011)

« La normalité adoptive »

par Johanne LEMIEUX (Édition Marquis Canada – 2013)

« Destins de l'adoption »

par Pierre LEVY-SOUSSAN (Édition livre de poche-2014)



LE DÉPARTEMENT

DÉPARTEMENT DU VAR

des services publics de proximité

Direction de l'Enfance Tél. 04 83 95 18 14

MAISON DE L'ADOPTION

132 avenue Lazare Carnot - CS 11207 - 83070 TOULON Cedex

Tél. 04 83 95 21 05 - 04 83 95 20 86 - 04 83 95 21 07

PARTOUT, POUR TOUS, LE VAR ACTEUR DE VOTRE QUOTIDIEN