



3 QUESTIONS À... NICOLE PRIEUR

Nicole Prieur est philosophe, thérapeute familiale, hypno-thérapeute et autrice de nombreux ouvrages dont *Grandir avec ses enfants*². Elle répond à nos questions.



©Astrid di Crollanza

QU'EST-CE QUE L'ENFANT VIENT TOUCHER DE SI PROFOND CHEZ LE PARENT ?

Il vient toucher l'enfant que l'on a été et que l'on continue à être. Il vient toucher à notre attente du parent idéal, celui qu'on aurait voulu avoir et celui qu'on tente d'être. Il suscite des questions : suis-je à la hauteur ? Suis-je le bon parent que j'aurais eu besoin d'avoir ? On s'arrête parfois à l'idée que la parentalité est une relation entre le parent et son enfant. Or, cette relation s'étaye sur sa relation avec ses propres parents. Si l'on ne s'est pas autonomisé par rapport à ses parents, si l'on est encore dans une attente de leur reconnaissance ou d'un soutien qu'on n'a jamais reçu et ne recevra jamais, on se trouvera bloqué dans une posture infantile nous empêchant d'être réellement disponible à nos propres enfants, et à grandir.

QUE FAIRE ALORS ?

Il faut solder ses comptes, se libérer de la reconnaissance de ses parents, ne plus leur en vouloir pour leurs carences ou leurs failles. Le célèbre pédiatre et psychanalyste anglais Winnicott disait que la souffrance vient de ce qui n'est pas advenu. Attendre que ses parents remplissent le trou au milieu de son jardin alors que rien ne pousse autour, ça n'a pas de sens. Souvent, ça "coince" avec son enfant là où il y avait conflit avec ses propres parents, sur des questions de colère ou d'obéissance très souvent. Je propose de créer une filiation positive, que ses parents soient encore en vie ou pas : ne plus regarder leurs carences mais voir ce qu'ils ont transmis de positif. Une mère me disait que son père était alcoolique mais qu'il lui a transmis son amour pour le cinéma ; une autre parlait de sa mère dépressive qui adorait la musique et lui a transmis sa passion... on ne demande pas réparation à ses parents, on s'en libère.

ON S'ACCROCHE PARFOIS À NOTRE PASSÉ ET À L'ÉDUCATION REÇUE...

C'est vrai, et les parents ont raison de défendre les valeurs qui leur sont chères. Cela crée des liens éthiques d'appartenance familiale, et un environnement moral qui aide l'enfant à se construire et à traverser des périodes difficiles dans sa vie. Mais il faut aussi savoir désobéir à ses propres valeurs, sans se culpabiliser, quand on constate qu'elles font souffrir l'enfant. L'obliger à faire du sport parce que "chez nous, on fait du sport", c'est parfois engendrer des souffrances. Il faut être souple, ce qui ne signifie pas l'absence de règles, tout en assurant son double rôle de parent qui protège l'enfant et lui apprend à être indépendant. C'est un travail épuisant, les parents doivent trouver le moyen de se ressourcer pour tenir mais sans aucun doute, l'enfant fait grandir ses parents.

ne voulait pas se lever, ni s'habiller, elle jetait son assiette par terre, faisait des colères énormes. Je n'en pouvais plus. Un soir, elle ne voulait pas aller dans sa chaise haute, alors j'ai compris. Elle voulait s'asseoir à table comme nous, sur une chaise normale, mais c'était trop bas pour elle. J'ai posé un seau sur la chaise et lui ai proposé de s'asseoir dessus. Elle était ravie, et moi, fière d'avoir capté sa demande. À partir de là, pas de miracle, mais en laissant ma fille accéder à son autonomie quand c'était possible, elle comme moi trouvions notre compte et grandissions chacune à sa façon. »

Pour Marie Garrigue Abgrall, cette période du « non », aussi fatigante soit-elle, est d'une très grande richesse, à condition de ne pas la vivre dans un rapport de force en imaginant que l'en-

fant fait exprès de nous provoquer. « *Il incombe aux adultes de chercher à comprendre ce qui se joue derrière la résistance ou la colère de l'enfant. C'est une belle occasion pour eux d'affirmer leur responsabilité en tant qu'adultes face à l'enfant, de fixer des repères sécurisants en termes d'heure du coucher, des repas...* » explique-t-elle. En verbalisant le pourquoi des interdictions, et en soulignant toutes les possibilités qui s'ouvrent à l'enfant, les parents lui transmettent des codes pour vivre en sécurité, dans le respect de lui-même et des autres.

FAIRE TOMBER SES A PRIORI

En grandissant, l'enfant affirme ses goûts et ses talents. Il s'intéresse à des choses qu'on ne connaît pas ou pour lesquelles on a parfois

2. Éditions Atelier des parents, 2014.