

2022
N°37

LA GAZETTE



COUPLE ET FAMILLE



Séparation

et

coparentalité



Arrivées



Nous avons le plaisir d'intégrer dès le 1er mars dans le Comité

Claude Bretton-Chevallier

Mariée et mère de cinq enfants adultes, j'exerce le métier d'avocate depuis un peu plus de 30 ans, dans les domaines du droit

des contrats, de la protection de l'adulte et de la personne en situation de handicap et des successions. Je suis également formée en médiation et convaincue de l'adéquation de ce mode de résolution des conflits entre des personnes qui restent liées par une histoire commune (couple parental, fratrie, parent-enfants). Une association comme Couple et Famille joue un rôle important dans la richesse des propositions offertes à Genève. Je suis très heureuse de pouvoir rejoindre son comité et attachée aux valeurs qui portent son action.



Bienvenue à notre nouvelle secrétaire et co-directrice

Florence Dessuet Jacaccia

Arrivée le 1er décembre 2021 dans l'équipe, je suis secrétaire médicale diplômée, j'ai travaillé aux HUG et dans différentes caisses maladie.

Nous accueillons au Comité notre nouveau trésorier

Dany Monnerat

32 ans, marié et papa d'un petit garçon de 3 ans, je travaille depuis 16 ans dans une fiduciaire et suis un grand fan de sport et de voyages.



Départs

Nous souhaitons une belle retraite à notre co-directrice et secrétaire **Christine Tissot-Mayor** et son époux **Marc Tissot** trésorier au sein du Comité.

Merci pour toutes ces années de collaboration!



Couple et Famille

c'est...

Une association à but non lucratif créée en 1978, soutenue et financée par l'ECR (Eglise Catholique Romaine de Genève), la République et le canton de Genève, les dons et les consultations.

Elle est membre de COUPLE+, de la FGeM (Fédération Genevoise MédiationS), d'Avenir Familles, du collectif Enfant et Séparation et du CAPAS (Collectif d'associations pour l'Action sociale).

Son objectif est de soutenir et d'accompagner les familles et les couples dans les difficultés relationnelles qu'ils rencontrent. Elle est ouverte à tous, dans le respect des convictions et des valeurs de chacun. Elle propose des consultations conjugales, familiales, parentales, de la médiation familiale et de la médiation parents-ados. Le prix des séances est calculé sur la base des revenus du couple ou de la famille, les questions financières ne devant empêcher personne de venir consulter.

Notre association ne pourrait exister sans nos donateurs, le produit de nos consultations ne représentant que 25% de notre budget annuel. Nous les remercions tous de leur appui et de leur fidélité. Pour connaître plus en détails nos prestations, nous vous invitons à consulter notre site.

www.coupleetfamille.ch

Avec le soutien de

**EGLISE
CATHOLIQUE
ROMAINE**
GENÈVE

et





SOMMAIRE

NEWS	2
ÉDITO Monika DUCRET	3
L'INVITÉE L'enfant au centre de la séparation parentale Charlotte DEBIONNE	4
COUPLE La Gomme magique : une voie vers la folie! Véronique HÄRING	10
FAMILLE Le processus de séparation : une transition à haut risque pour les enfants! Monika DUCRET	12
MÉDIATION FAMILIALE Justice et coparentalité Mélanie GAUDET	14
À LIRE Rodrigo DE STEPHANIS	17
SPIRITUALITÉ En toute quiétude... Philippe MATHEY	18
RÉSUMÉ EN BD! Rodrigo DE STEPHANIS	19

Se séparer, divorcer est un acte statistiquement banal, en Suisse comme ailleurs dans le monde. Le taux de divorce pour les couples mariés est selon les données officielles de 41,5% en Suisse et la durée du mariage finissant en divorce est de 15 ans en moyenne.

Aux côtés de ces chiffres bruts existent un cortège de souffrance, d'émotions fortes entraînant souvent des réactions violentes. Se séparer «en bonne intelligence» passe parfois par des cours de coopération comme au Danemark ou par privilégier la démarche de consulter un/une médiateur/trice. Eu égard aux souffrances engendrées par les séparations à haut conflit chez les enfants, nous voyons émerger des projets pilotes comme celui de Monthey en Valais qui s'est inspiré du modèle de «Cochem». L'accent est mis sur l'intérêt de l'enfant. Il est le paramètre qui guide les parents et les professionnels impliqués vers un consensus parental. Ceci est également le cas quand les seuls moyens juridiques ne suffisent pas à apaiser les tensions et régler les dissensions.

Pour mieux comprendre ce qui se passe pour les enfants nous avons tendu notre micro à la Doctoresse Cesalli. Elle explique que «l'enfant qui vit dans un environnement de séparation parentale conflictuelle est en danger, à la fois dans son équilibre psychique et aussi dans ses relations de couple futures». Pour les professionnels accompagnants elle rappelle «qu'il est utile de se redire qu'on aide sur un bout de chemin et qu'on ne sera jamais les parents. Notre contribution est parfois juste une petite goutte d'eau mais qui peut soulager dans le désert!».

Notre médiatrice Mélanie Gaudet présente dans son article le travail de coparentalité que nous proposons dans notre association. Il est destiné aux parents mal-séparés, restés dans des conflits intenses aux effets délétères sur les enfants.

Notre conseillère conjugale et thérapeute de famille Véronique Häring partage ses réflexions sur la tempête émotionnelle qui agite ces parents vivant une séparation à haut conflit et qui veut leur faire croire que gommer l'autre de leur existence - alors qu'ils ont conçu ensemble un enfant dans un moment d'amour - efface magiquement toutes les souffrances.

Philippe Matthey nous emmène dans la foi et la confiance qui «donne aux disciples de découvrir qu'ils ont en eux de quoi affronter leur inquiétude». Par ce travail collectif qui unit annuellement l'équipe de Couple et Famille autour d'un thème, nous espérons contribuer, comme une goutte d'eau dans l'océan, à la réflexion et la prévention des violences faites aux enfants.

Monika Ducret
Co-directrice





Dre Séverine Cesalli

Psychiatre, psychothérapeute d'enfants et d'adolescents, formée à Genève puis installée à Martigny depuis 2014. Membre de l'ICSP (International Council on Shared Parenting), elle a été vice-présidente de l'association donna2 qui défend les familles recomposées et l'égalité entre pères et mères.



Propos
recueillis par

**Charlotte
DEBIONNE**
Conseillère
conjugale
Intervenante au-
près des familles

L'enfant au centre de la séparation parentale

Comment comprendre le mot coparentalité, de quoi parle-t-on ?

Ce qu'on entend par coparentalité est la bonne entente entre les personnes qui sont les « care-takers » de l'enfant, celles qui s'en occupent, qui l'aiment et lui donnent du temps comme peuvent l'être des parents, des frères et sœurs, des grands-parents, ou encore un seul parent dans le cas des familles monoparentales.

Dans le terme coparentalité, il y a quelque chose de beaucoup plus vaste que l'image classique de la famille hétéroparentale. L'enfant a besoin que les personnes qui s'occupent de lui donnent en suffisance amour, attention et protection et donc s'entendent suffisamment entre elles de sorte qu'il reste prioritaire dans leurs préoccupations. De gros conflits entre des grands-parents et leur belle-fille, maman de l'enfant, peuvent nuire à son développement. Ainsi on peut identifier beaucoup de domaines dans lesquels s'exerce la coparentalité.

Comment définir la relation parentale ?

Dans la relation parentale, il y a quelque chose d'inconditionnel et de narcissique. Nous recon-

naissons dans notre enfant - que la filiation soit biologique ou non - une part de soi, avec nos propres souvenirs d'enfant qui réémergent en fonction de son stade de développement, ce qui favorise un sentiment d'appartenance et de continuité de la vie. Cette part narcissique nourrit la parentalité et induit une forme d'inconditionnalité de lien parental.

Cette inconditionnalité permet aux parents d'être parents dans la continuité et devrait rappeler aux professionnels confrontés aux familles en difficultés que le rôle parental devrait être au centre de leurs préoccupations de professionnels aidants.

De part cette inconditionnalité relationnelle, les parents, qu'ils soient plus ou moins défailants à certaines périodes de leur vie, devraient le plus possible rester responsables et garants de la protection, de l'amour et de la préoccupation centrée sur l'enfant, jusqu'à ce qu'il soit adulte et autonome. Ils devraient toujours pouvoir être prioritairement aidés dans cet exercice difficile, s'il y a lieu, avant d'être démis de ce rôle capital.

Quelles sont les étapes de vie de l'enfant, de l'adolescent ou du jeune adulte qui sont incontournables dans l'exercice du rôle parental ?

L'être humain naissant trop précocement est extrêmement dépendant à la naissance, ce qui demande un sacrifice gigantesque pour les parents. Donald Winnicott a écrit un texte magnifique dans son livre sur le contre-transfert à propos des sentiments négatifs qu'une mère (à l'époque il écrivait sur les mères mais sa réflexion s'applique aussi sur les pères) peut ressentir vis-à-vis de son nouveau-né. Il décrit que le bébé est un tyran et que la mère est censée en être esclave 24 heures sur 24 : interpréter les pleurs de son bébé et lui offrir à tout moment ce dont il a besoin, quitte à ne pas suffisamment dormir, etc... Il fait toute une description de toutes les bonnes raisons de détester son enfant ! Pour dépasser ces bonnes raisons, il faut qu'il y ait quelque chose de très fort et d'inconditionnel.

Les hormones secrétées au début de la vie comme l'ocytocine, hormone de l'attachement, aident à ce processus. Elle est secrétée pendant l'allaitement et aussi quand il y a un lien d'at-

tachement fort qui se crée par exemple avec le papa donnant des soins à son enfant. L'instinct maternel ne démarre pas automatiquement pendant la grossesse et à la naissance. Le processus d'attachement est une boucle rétroactive entre l'enfant et son parent qui comprend des aspects psychologiques et hormonaux et se déroule au fil du temps. Certains parents développent le sentiment d'attachement à leur enfant beaucoup plus tard après la naissance. Dans tous les cas, il est important qu'il y ait au moins une personne qui développe cet attachement pour le bébé.

Vient ensuite le stade où l'enfant développe sa propre personnalité et déjà prend conscience qu'il est différent. Le stade plus difficile que l'on appelle parfois la première adolescence se passe autour de 18 mois - 2 ans ou «terrible twos» pour les anglophones, avec parfois des crises et des oppositions. Il s'agit d'une période plus critique pendant laquelle des parents qui seraient fragilisés pourraient mal interpréter et prendre personnellement l'opposition de l'enfant ou s'ils sont en conflit l'un avec l'autre, pourraient dire que c'est l'autre parent qui lui a mis des idées d'opposition dans la tête.

«Prévenir les sentiments négatifs ou les mauvaises interprétations»

C'est important qu'il puisse y avoir une bonne entente entre les parents en cas de séparation : quand le parent rencontre des difficultés avec l'enfant, il faut qu'il puisse communiquer sur ce qui se passe chez lui, soit via un tiers ou par mail ou de la manière qui fonctionne le mieux pour ces parents-là afin de clarifier la situation et prévenir les



sentiments négatifs ou les mauvaises interprétations qui pourraient nuire à l'enfant. Des messages du type «tu es pire que ton père», sont dévastateurs pour le développement psycho-affectif de l'enfant. En effet, l'enfant se sent très identifié à ses parents, aux personnes d'attachement prioritaires que ce soit un père et une mère ou d'autres personnes comme les enseignants. Il est capital de ne pas discréditer ces personnes.

Puis, pendant la période de l'adolescence, il est important que le réseau autour de l'enfant, et en particulier les parents, puissent au moins s'entendre pour pouvoir faire front face à la tempête de l'adolescence. L'adolescent a souvent besoin de s'opposer pour s'autonomiser. C'est la vraie adolescence ! Plus il a idéalisé ses parents, plus il est déçu de voir qu'en fait ce sont des êtres humains comme les autres avec des défauts, et plus il pourrait avoir tendance à être dans l'opposition, la révolte, l'agressivité. De nouveau, si les parents sont en conflit et qu'ils interprètent l'agressivité de l'adolescent comme quelque chose venant de l'autre parent, voire

piloté par l'autre parent - ce qui peut aussi arriver - cela peut être très nocif pour le développement de l'adolescent qui est en train de chercher sa propre identité d'adulte. L'adolescence est un accouchement psychique, une nouvelle naissance, celle d'une identité autonome avec ses opinions politiques, ses goûts, ses valeurs qui deviennent des choses propres à l'enfant devenu adulte. C'est un processus long qui peut s'étaler de 12 à 18 ans ou se prolonger jusqu'à 25 ans (voire plus), date de la maturation définitive du cerveau.

Est-ce qu'un contexte de séparation conflictuelle a un impact sur la construction de l'identité de l'enfant ?

L'enfant qui vit dans un environnement de séparation parentale conflictuelle est en danger à la fois dans son équilibre psychique et pour ses relations de couple futures. Les situations à haut conflit portent préjudice à l'enfant sur une échelle d'intensité variable et dépendant de plusieurs facteurs.

Il faut identifier les facteurs de protection. La constitution psychique de base de l'enfant, qui est principalement génétique, est différente pour chaque enfant, certains ont une constitution plus robuste que d'autres. Ces enfants se protègent en se dissociant de leurs émotions, ce qui n'est pas forcément bon pour eux plus tard. Bénéficier d'une aide, de suivi psychologique quand ils vivent des choses difficiles, peut les aider à faire la part des choses. D'autres personnes externes comme un grand-parent bienveillant, un enseignant, un voisin peuvent aussi les aider à faire la part des choses dans ce qu'ils vivent. Enfin la constitution psychique en elle-même des enfants peut être un facteur de protection. Certains vivent en effet des situations épouvantables et s'en sortent incroyablement bien et d'autres qui pourtant ne sont pas si jeunes vivent

des situations légèrement difficiles et ne s'en sortent pas.

Une situation de séparation à haut conflit ne signifie pas obligatoirement qu'il y aura des problèmes relationnels plus tard. Cela accroît énormément le risque, comme le démontre la psychologie transgénérationnelle. Les situations qui n'ont pas été reconnues ni mises en mots, dans lesquelles la souffrance de l'enfant a été ignorée sont les plus dommageables. Le plus souvent, quelque chose s'enkyste dans le psychisme de l'enfant et ressort dans ses relations de couple futures en se répétant, tout comme les cas d'aliénation parentale grave qui très souvent se répètent à la génération suivante.

La prévention aide à réduire les risques futurs. Si l'enfant vit au cœur d'une situation de séparation parentale à haut conflit sans reconnaissance de ce que cela lui fait subir et sans mesures de protection de l'entourage envers lui, il y a peu de chances qu'il puisse avoir des relations très harmonieuses plus tard. Ce n'est pas impossible mais il devra cheminer de son côté et être très robuste psychiquement.

Que vit un enfant qui grandit dans une situation de haut conflit parental ?

L'enfant qui grandit dans une situation de haut conflit parental est touché dans son narcissisme, son sentiment identitaire, son ego, son estime de soi... Car même si le parent ne dit pas explicitement à l'enfant « ton autre parent est idiot », l'enfant le ressent et peut développer plusieurs stratégies de défense : soit il se dévalorise, il se sent nul, il déprime et se replie sur lui-même, soit il revêt une protection et peut se cliver en deux. Il se dit : « quand je suis chez maman, papa est nul et donc une partie de moi est nulle puisque je suis aussi une partie de papa ». Et inversement quand il est chez

son père. Il peut développer alors deux personnalités différentes selon l'environnement où il se trouve, voire dans certains cas s'amputer d'une part de lui-même. Lorsque l'enfant est utilisé dans le conflit, il s'agit d'une maltraitance grave qui peut avoir le même type de répercussion que l'inceste et aboutir à des symptômes comme dépression, troubles anxieux, psychose, suicide.

« Lorsque l'enfant est utilisé dans le conflit, il s'agit d'une maltraitance grave »

Quelles sont les conséquences pour ses relations de couple futures ?

Ce clivage peut créer des problèmes dans une relation de couple future. La personne peut avoir une personnalité qui montre tous les bons côtés pendant un certain temps et à un moment donné, quand la relation devient plus proche et intime, l'autre face abîmée apparaît... Dans une relation amoureuse, les premiers temps, on voit tout le potentiel de la personne, toute sa sensibilité, toute sa partie non abîmée. Cela nous rend donc plus clairvoyants, contrairement à l'adage « l'amour rend aveugle ». C'est vrai aussi par rapport à toutes les défenses psychiques mises en place pour surmonter les difficultés du passé qui sont d'abord occultées puis réactivées après un certain temps. La relation de couple sert souvent inconsciemment à réparer les manques et blessures de son enfance. Quand elle perdure et s'affirme, le clivage devient difficile à contenir et la partie abîmée de soi se réactive,

avec toutes les défenses plus ou moins néfastes pour la relation : on a alors tendance à répéter les choses qui se sont mal passées dans l'espoir inconscient que les choses se réparent dans la nouvelle relation de couple. Cela demande à l'autre personne d'être prête à répéter des choses difficiles comme une pièce de théâtre qui se rejoue et où chacun est acteur de sa propre histoire. Si l'autre a aussi un passé lourd, il va répéter également ses schémas difficiles, ce qui accroît le risque de conflit. Plus le lien est fort, plus la personne pourra être active dans le conflit conjugal à cause des défenses qu'elle aura mises en place dans son enfance. Elle peut aussi se trouver nulle avec une faible estime de soi et faire en sorte que l'autre finisse par la détester et la rejeter.

La thérapie de couple sert à mettre en lumière ce qui appartient à l'histoire de chacun et chacune et qui se rejoue sur la scène du couple pour pouvoir s'en libérer. Sans cette aide externe et professionnelle, il n'est pas impossible de s'en sortir mais le chemin sera bien difficile.

Que pensez-vous de l'enfant acteur du conflit ? Pouvez-vous préciser votre concept de l'enfant « terroriste » et celui de l'aliénation parentale ?

Ma définition de l'aliénation parentale n'est pas utilisée par tous les professionnels : pour moi il s'agit d'un processus psychique qui se passe dans la tête de l'enfant et qui lui appartient. J'ai expérimenté des situations où des enfants petits ont été éloignés d'un des parents - souvent le père - ont entendu pendant longtemps des discours très dénigrants et dévalorisants sur le parent qu'ils ne voyaient plus et n'ont pas pour autant aliéné le parent critiqué. Ils ont réussi à garder dans leur cœur une relation forte avec ce parent-là et leur amour pour lui. Et quand ils le revoient, ils lui sautent dans

les bras et ont envie de rester avec lui alors que d'autres enfants pourtant pas si petits et qui voyaient encore les deux parents ont fait de l'aliénation parentale en pensant protéger le parent qui n'allait pas bien en se disant «c'est à cause de l'autre, c'est dégoûtant ce qu'il lui a fait». On peut penser que c'est presque leur propre choix mais c'est évidemment pour se défendre psychologiquement et pour protéger le parent le plus vulnérable sans qu'il y ait forcément des critiques et du dénigrement actif de l'autre parent. En ce sens, ce processus se passe chez l'enfant et celui-ci est complètement acteur dans l'aliénation parentale. Quand on dit qu'une mère fait de l'aliénation parentale, je ne trouve pas cela correct dans le langage. Même quand on est un couple uni et qu'on s'entend bien, cela arrive qu'on critique un peu l'autre parent. Tant qu'il y a eu du respect, cela ne fait pas trop de mal à l'enfant mais c'est tout de même risqué.

Aliéner c'est rendre l'autre étranger, l'autre devient extérieur, autre à soi, un alien, un extraterrestre. Dans le processus d'aliénation parentale, je pense que le mot aliénation ne devrait pas être employé, car cela ne concerne pas une personne externe qu'on ne connaît pas, c'est un processus actif, pour mettre en dehors de soi une personne qu'on ne veut plus voir. Les enfants sont capables de hurler quand ils se trouvent en présence du parent aliéné, ce qui n'est pas du tout le cas quand c'est un parent avec lequel il n'y a pas eu d'attachement, car on aliène quand on aime. C'est un processus actif de rejet d'un parent aimé. Aliénation n'est donc

pas le meilleur mot selon moi mais c'est le mot admis communément.

Par conséquent, de multiples facteurs peuvent favoriser l'activation de ce processus d'aliénation parentale dans la tête de l'enfant comme la personnalité et l'âge de l'enfant, le type d'attachement et le comportement des parents.



Les enfants «terroristes» sont des enfants qui vont chez un parent et disent des choses ou ont un comportement qui fait souffrir ce parent et mettent à mal le lien. Par exemple, critiquer horriblement ce parent, l'insulter ou critiquer un beau-parent. Ce peut être aussi la mise en place des scénarios subtils qui vont engendrer une crise et de la souffrance, voire une séparation. Cela fait l'effet d'une bombe dans la famille mais en jetant cette bombe, ces enfants se font exploser aussi eux-mêmes car ils sont psychologiquement encore dépendants de leurs parents. Dans les cas de l'enfant «terroriste», l'enfant est commandité par l'autre parent. Il ne faut pas confondre l'enfant «terroriste» avec l'enfant qui s'oppose ou génère un conflit pour d'autres raisons (adolescence difficile, réaction abandonnique face à une nouvelle relation du parent,

etc.). Les enfants peuvent aussi se transformer en enfants «espions» en racontant à l'autre parent tout ce qu'ils ont vu, même en fouillant dans ses affaires. Ils agissent en pensant protéger un parent qui ne va pas bien selon eux et qui le commande pour aller espionner l'autre.

L'aliénation parentale et l'enfant «terroriste» sont pour l'enfant des formes d'amputation psychique, avec la destruction d'une partie de soi-même, très dommageable pour l'enfant. L'enfant est toujours acteur, qu'il soit ou non téléguidé par un parent.

Comment s'en sort un enfant aliénant ou «terroriste» quand il devient adulte et dans ses relations amoureuses ?

Beaucoup d'enfants ne se rendent pas compte de ce qu'ils font si on ne les y aide pas, c'est plus tard quand la chose se répète étant adulte et que leur propre enfant se retourne contre eux, qu'ils peuvent prendre conscience de ce qu'ils ont fait étant enfant. Parfois, c'est à ce moment-là qu'ils retrouvent le lien avec le parent aliéné ou abimé : malheureusement il faut parfois que les choses se répètent pour qu'elles puissent être réparées.

Jeunes adultes cela s'exprime parfois par un malaise, une dépression, des troubles anxieux, des difficultés relationnelles. C'est souvent en thérapie qu'ils s'en rendent compte. Ou alors ils ne s'en rendent jamais compte et ils ne se réparent pas. Parfois ils n'ont pas d'enfant ou restent célibataires, sans relation de couple durable.

Dans les séparations à haut conflit parental, comment faire pour que les parents prennent mieux conscience dans quel processus les enfants sont entrés ?

Dans ces situations-là, je mets toujours l'enfant au centre. Les parents ont un narcissisme parental en lambeaux dans les situations de séparation à haut conflit. Ils se sentent nuls et ont un besoin de critiquer l'autre parent et réciproquement. La priorité est de protéger leur parentalité. Je relève toutes les choses positives en observant l'enfant. Par exemple, je leur dis «regardez comme il vous aime, comme il est attentif et sensible». Il faut déjà restaurer cette parentalité très abimée. Quand un parent se sent un meilleur parent, il deviendra un meilleur parent et aura moins besoin d'attaquer l'autre.

Mais il faut aussi protéger l'enfant dès qu'un parent commence à dire quelque chose de négatif sur l'autre parent, même si l'enfant n'est pas présent : je le coupe et je lui dis, «la façon de parler de l'autre parent ne me convient pas, j'ai besoin que vous utilisiez des messages en «je», que vous parliez de ce que vous vivez, ressentez, et je vous interdis d'attaquer l'autre parent car cela fait du mal à votre enfant, même s'il n'est pas là. Vous prenez une mauvaise habitude, un pli, en parlant ainsi aux professionnels et autour de vous. Finalement vous pensez ainsi car cela paraît une évidence pour vous et cela finira par être une évidence pour votre enfant même s'il n'a pas entendu sur le moment». Il faut vraiment éduquer les parents sur ce point important, leur apprendre à être respectueux de l'autre parent en tant que parent de leur enfant. Après en tant que ex-conjoint, ils peuvent avoir un autre discours avec leurs proches sur ce qui ne leur convient pas dans la relation tant qu'ils sont attentifs à garantir le respect pour l'autre en tant que parent de leur enfant.

Ne risque-t-on pas de frustrer un besoin d'exprimer son ressenti par cet interdit ? Comment responsabiliser le parent sur ce qu'il dit tout en lui laissant cet espace de parole ?

Il convient bien sûr de nuancer car certains parents n'ont pas la capacité psychique de reformuler et alors le professionnel doit pouvoir entendre ce qu'ils ont à dire. Cependant la plupart du temps, les parents sont capables de reformuler. Il est possible de dire une critique d'une manière qui ne soit pas irrespectueuse. Il y a une différence entre dire «pour moi cela a été très pénible quand elle a dit ou fait cela» et «j'étais inquiète pour mon enfant», et de dire «c'est n'importe quoi, elle n'est pas une bonne mère car elle a fait ceci ou cela». C'est non seulement moins nocif pour l'enfant et surtout cela ouvre la porte pour le parent d'exprimer ce qu'il ressent au fond de lui et peut-être se dire «peut-être suis-je un peu trop inquiet ? Peut-être que je pense trop à ce qu'il/elle fait ou ne fait pas ?»

En incitant le parent à parler de son vécu avec «je», je l'aide à ouvrir une porte intérieure et je favorise sa capacité à se remettre en question. Pour ces deux raisons, j'insiste vraiment pour qu'ils reformulent. Certains parents n'ont pas cette capacité psychique, notamment dans certaines situations de haut conflit mais je demande quand même par principe.

En tant que thérapeute de l'enfant, je pose le cadre et les limites en affirmant que certaines paroles n'ont pas leur place ici. En revanche, je peux dire «ce sont des choses que j'aimerais bien savoir et que vous pourriez dire et travailler individuellement avec ma collègue psychologue. Elle pourra me faire ensuite un retour avec des informations plus neutres que je vais pouvoir utiliser pour travailler avec l'enfant et avec vous».

Le parent a bien sûr la possibili-

té d'aller consulter individuellement un thérapeute.

Comment accompagnez-vous ces situations de haut conflit parental en thérapie, les enfants sont-ils seuls et/ou avec les parents ?

Je travaille en réseau avec des collègues psychologues, avec un professionnel pour l'enfant et un autre pour chaque parent et on communique entre nous. Quand la personne qui suit l'enfant rencontre les parents - séparément en cas de haut conflit -, la séance concerne l'enfant et les deux parents savent que les professionnels communiquent entre eux.

Une autre technique possible quand le conflit n'est pas trop fort est celle du modèle de Monthey (qui vient de Cochem). Les psychologues, les médiatrices et les avocats qui font de la médiation familiale l'utilisent souvent. Il s'agit de proposer aux deux parents d'assister à une consultation avec les enfants en se mettant chacun sur un fauteuil un peu à l'écart avec la consigne de ne pas parler.

Les enfants ont le droit de leur parler mais les parents n'en ont pas le droit. Si les parents sont trop vulnérables, la posture est difficile à tenir donc cette technique n'est pas toujours possible à mettre en œuvre. Les parents comme les enfants doivent être bien préparés à vivre cette séance lors de séances préalables. L'intervenant utilise cette séance pour faire la carte familiale avec les enfants sur un immense papier. Au début ils sont un peu intimidés et au fur et à mesure, ils oublient que leurs parents sont là et commencent à exprimer ce qu'ils ressentent en dessinant.

Cela aide les parents à prendre conscience de ce qui est important pour les enfants, comment ils se représentent la famille et comment ils acceptent qu'il y ait deux maisons, etc... Le rôle du thérapeute dans ce dispositif est

très important pour accompagner les enfants, décortiquer la situation familiale et protéger les parents.

Pour recueillir la parole de l'enfant qui a des propos très durs par rapport à un parent, comment faire en pratique pour distinguer la manipulation de la protection ?

C'est un exercice difficile. Cela dépend du contexte, des qualités relationnelles, de l'âge, du fonctionnement psychique de l'enfant. En cas d'expertise psychiatrique mandatée par un juge, c'est une fois le papa qui amène l'enfant, une fois la maman et dans les moments informels «hors séance» dans la salle d'attente quand l'enfant retrouve le parent par exemple, quand il ne se sent pas observé, je recueille beaucoup d'informations. Dans un contexte thérapeutique, j'accueille la parole de l'enfant comme telle sans chercher à savoir si elle est vraie ou pas, même si parfois cela peut l'aider de le questionner un peu. La distinction entre manipulation ou pas se fait de manière multifactorielle et pour ma part souvent assez intuitive, aussi.

Il m'arrive de voir les grands-parents, même une fois une voisine qui était importante dans la vie de l'enfant, ce qui donne un éclairage utile pour bien l'accompagner.

Les situations de séparation à haut conflit nous occupent aussi chez Couple et Famille lorsque nous accompagnons les parents pour un travail de coparentalité, parfois un peu stérile si chacun se renvoie la balle et nourrit le conflit.

Il y a des parents qui ne peuvent pas changer c'est une réalité. C'est parfois tellement conflictuel et dévastateur pour l'enfant qu'il faut le séparer de ses deux parents et le placer en famille d'accueil ou en foyer sur la base

d'une expertise approfondie car il s'agit d'une décision lourde et difficile. Si les parents ne peuvent pas changer mais qu'il existe un entourage présent qui peut les étayer, encourager à ce que les enfants aillent plus souvent chez tel grand père ou telle voisine bienveillante, cela leur permet de souffler, d'avoir un petit sas. Il faut être créatif pour trouver des environnements où ils peuvent se poser, parler de leur vécu avec ou sans thérapeute. Et parfois les parents peuvent changer un peu, après un certain temps, il faut les apprivoiser, les mettre en confiance par le biais d'un suivi régulier et/ou de thérapies individuelles afin que petit à petit, ils arrivent à s'ouvrir plus, à entrer dans un processus où ils peuvent guérir de leurs propres blessures. Tourner la page, c'est souvent l'obstacle à dépasser pour faire le deuil de cette relation.

Les situations de séparation à haut conflit résulteraient de l'impossibilité de se séparer ?

La plupart du temps, ces situations résultent en effet soit de l'impossibilité de se séparer, soit de la nécessité de répéter quelque chose de conflictuel. Je vois souvent des sentiments d'abandon, des sentiments d'être victime ou d'injustice extrêmes liés à des relations antérieures qui entraînent les personnes dans une quête permanente de réparation, de valorisation dans leur relation présente.

En cas d'exhortation par le Tribunal à suivre un travail de coparentalité, comment ajuster nos attentes en tant que professionnels avec cette demande si difficile à adresser, comme si les magistrats espéraient une baguette magique ?

Il est crucial de se rappeler qu'on ne peut jamais remplacer les parents, même en cas de placement de l'enfant. Il y

a cette inconditionnalité et une durabilité du lien parent-enfant qui sont uniques et qu'on ne peut pas enlever même pour les parents défaillants et sans résistance psychique. On soigne l'enfant en préservant ce bout de lien-là. Je tiens à préciser que je parle d'une relation parent-enfant où un lien d'attachement est présent. Ce n'est pas le cas de toutes les relations parent-enfant que j'ai vues. Lorsque l'enfant n'est qu'un objet de manipulation pour le parent, sans attachement, l'attachement de la part de l'enfant a beau être présent, nous devons avant tout protéger l'enfant.

Les thérapeutes ont tendance à avoir des attentes élevées, ce qui est normal dans notre métier. Leur vécu de l'accompagnement est souvent beaucoup plus sévère que le vécu de leurs patients comme l'a montré l'étude du Professeur Bertrand Kramer. Il est utile de se redire qu'on aide sur un bout de chemin et qu'on ne sera jamais les parents. Notre contribution est parfois juste une petite goutte d'eau mais qui peut soulager dans le désert! ■

L'illustr' artiste de
LA GAZETTE

**FANNY
BOCQUET**



www.fannyb.artblog.fr

Illustrations.fanny bocquet



**Véronique
HÄRING**
Conseillère
conjugale
Thérapeute de
famille

La Gomme magique : une voie vers la folie !

Pourquoi a-t-il été nécessaire de créer le concept de «coparentalité» jusqu'à l'inscrire dans la loi ? Ce petit préfixe «co», venant du latin cum et signifiant «avec», semble être devenu nécessaire à un moment donné dans l'évolution de la société et du droit de la famille. A-t-on eu des raisons de craindre qu'un parent puisse «oublier» qu'être parent, c'est être «parent avec» selon une loi élémentaire de la vie humaine selon laquelle la vie n'émerge jamais du 1, mais toujours du 2 ?

Dans certaines circonstances, je peux dire que force est de constater que oui. Quelle folle envie d'occulter cette réalité quand la colère, la haine, la déception, la rancœur contre l'autre parent sont telles que s'imaginer avoir eu un passé avec cette personne, et qui plus est avoir conçu un enfant, est insupportable, culpabilisant, source de regrets, voire de honte ! Certain.es sont prêts à mettre tout en œuvre pour évincer l'autre parent de leur vie et de celle de leur enfant, pour exclure ce tiers encombrant, qui gêne, pensent-ils, leur épanouissement actuel et futur. Parfois c'est l'auto-éviction qui est préférée : de guerre lasse, certain.es sont prêts à abandonner leur statut, leur droits et leurs responsabilités de parent pour ne plus avoir à se battre contre l'autre parent.

Il semble être tentant de prendre une grande Gomme magique pour effacer soi ou l'autre parent du paysage, des souvenirs, de la réalité. Surtout quand je viens

de rencontrer le/la partenaire idéal.e avec qui je vais enfin filer le parfait amour ! Que faire avec cet.te ex qui passe son temps à me chercher des noises, à venir chercher son enfant en retard alors que je dois partir en week-end amoureux... bref qui entrave mon bonheur ? » La solution qui saute aux yeux, c'est garder l'enfant et gommer l'ex ! Pure folie !

Cela reviendrait à se laisser aller à croire qu'un ovule, ou qu'un spermatozoïde, peut se suffire à lui-même pour engendrer la vie ! Heureusement, la «co» de coparentalité se rappelle sans cesse à notre bon souvenir pour empêcher ce glissement dans la folie d'une auto-parentalité qui serait fort préjudiciable pour la santé psychique de tous ! Chaque départ/arrivée de l'enfant de son week-end chez l'autre parent, chaque événement de la vie (anniversaire, vacances, Noël, etc), rappelle qu'un jour «j'ai aimé le père, la mère de mon enfant, qu'il y a eu le plus souvent un désir d'enfant partagé...»

Cette réalité peut être si inconfortable à assumer et si incompréhensible parfois ! Comment ai-je pu aimer une personne si détestée aujourd'hui ? Il, elle m'a manipulé.e...vendu du rêve...menti...caché sa vraie personnalité... Comment ai-je pu me tromper à ce point-là ? Comment expliquer à mon enfant qu'un jour j'ai aimé son père/sa mère alors qu'aujourd'hui la haine envahit chacune de mes cellules ?

Si l'usage de la Gomme est impossible et que l'idée de devoir composer avec l'autre parent est insupportable, comment trouver la paix ?

Dans les situations de grandes tensions, le focus est souvent dirigé sur les agissements négatifs de l'autre. Puisque nous souffrons beaucoup et pour échapper à des questionnements pénibles sur nos propres choix, nos propres agissements, nos propres responsabilités, nous préférons souvent nous raconter que l'autre est LE coupable de la situation et nous pointons du doigt chacune de ses actions qui génèrent tension et souffrance pour lui faire porter la responsabilité de notre débâcle. Mécanisme de projection qui fait alors émerger, en toute logique, l'envie de «gommer» l'autre : «si l'autre parent n'existait pas, je serais très heureux.se, seul.e avec mon enfant.». Cette voie éloigne de l'apaisement de la plus sûre des manières ! Car accuser l'autre des dégâts sur notre vie et se présenter comme une victime revient à dire : «celui qui a du pouvoir sur ma vie, c'est l'autre». Or, comment construire la paix en soi si on a ainsi cédé à l'autre le pouvoir sur notre vie ? Impasse !

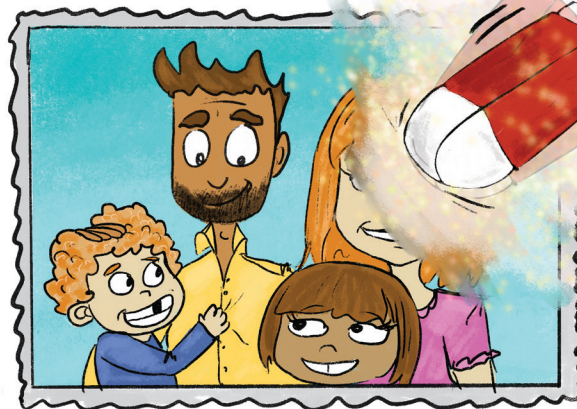
Pour retrouver la paix en soi, avec soi, l'attention doit changer de direction et se retourner à l'intérieur de soi. Faire silence. Arrêter le bruit du conflit. Et regarder. Ecouter. Pour s'apercevoir sans doute que lorsque je cesse d'accuser l'autre d'avoir ruiné ma

vie, alors remontent à la surface des émotions difficiles, douloureuses comme la tristesse d'une relation qui s'arrête, la peur de l'avenir, d'éventuels sentiments d'échec, de culpabilité, d'incompréhension devant un choix de partenaire qui aujourd'hui peut sembler une erreur. Que s'est-il passé pour en arriver là? Quelle erreur ai-je commise? Pourquoi n'ai-je pas vu plus tôt qui était cet homme, cette femme avant d'avoir un enfant avec lui, elle?

Le combat est très souvent un rempart contre la tristesse, la douleur, le lâcher prise, le «plus rien». Un rempart contre le deuil. Un rempart a pour fonction de protéger, mais en même temps, il empêche d'accéder. D'accéder aux véritables émotions qui se cachent derrière la lutte interminable de la séparation. Tant que la haine, les agressions, les accusations persistent, la relation continue à être nourrie, même si c'est par une nourriture d'une grande toxicité! Le fait que sur le papier soit inscrit «séparé.e» ou «divorcé.e» ne suffit pas à terminer une relation. Il reste toute la dimension émotionnelle qui, parfois, obéit à un rythme différent. Et c'est elle qui s'exprime à travers le combat et qu'il s'agit d'entendre et d'apaiser.

Après le silence, il s'agit de remettre de la temporalité pour se rappeler que la personne que je suis aujourd'hui n'est plus la même qu'il y a deux, cinq, dix ans, lors de la rencontre avec celui/celle qui allait devenir mon.ma conjoint.e puis un.e «co parent». L'ensemble des expériences que j'ai traversées m'ont transformé.e. Cet ex tant détesté.e aujourd'hui ne fait-il elle pas partie de l'ensemble de mes « facteurs » d'évolution? C'est une évidence! De quel type de relation avais-je besoin à l'époque de la rencontre? A quelle pression familiale, sociale, religieuse ai-je été soumis.e? Étais-je une personne qui avait besoin de s'occuper des autres

me sentir utile et aimé.e? Si c'est le cas, il/elle était parfait.e pour moi puisqu'il/elle était en pleine dépression et avait besoin de soutien. Ou peut-être puis-je reconnaître chez moi à cette époque un grand besoin de me réfugier sous une aile protectrice qui remonte à une perte effroyable d'un de mes parents durant ma prime enfance? Et il/elle est arrivé.e, prenant tout en charge, veillant sur moi tel un père/une mère... Parfait! Aucune erreur de casting! Mais voilà, j'ai changé. J'ai pris de l'assurance et confiance en moi et je n'ai plus besoin de quelqu'un à sauver pour être sûr.e d'avoir une place dans une relation pas plus que j'ai besoin d'une aile protectrice pour affronter l'existence. Ce ne



sont que quelques exemples parmi une infinité pour indiquer la voie de l'attention qu'il s'agit de se donner à soi-même pour accueillir avec bienveillance le fait que nos choix de vie sont déterminés par l'état de maturation, de conscience de nous-mêmes, de nos fonctionnements, de nos besoins de réparations de nos blessures, au moment où on fait ces choix-là. C'est vrai pour hier, c'est vrai pour aujourd'hui et ce sera vrai pour demain. Si on se propulsait dans le futur, on pourrait faire des choix bien différents de ceux d'aujourd'hui, qui pourtant nous paraissent très éclairés à ce jour. Ainsi va la vie qui met à l'épreuve notre capacité à accepter de se laisser enseigner par nos expériences et notre humilité de ne pas vouloir se prétendre

aussi éclairé au premier kilomètre qu'au trentième ou qu'au cinquantième...

Reconnaître quelle est la partition que j'ai jouée, que l'autre a jouée, dans la mélodie de la relation, est une manière de reprendre le pouvoir sur sa vie en assumant la responsabilité de ses choix – plus ou moins éclairés et conscients à tel moment: je cherchais quelqu'un qui puisse me protéger, me prendre en charge, car la vie me faisait peur, je reconnais que j'avais besoin de jouer un rôle sauveur.se pour combler un grand besoin de reconnaissance.... Reconnaître ce qui s'est joué pour soi, et pour l'autre dont la partition était différente mais compatible, c'est remettre du sens, de la cohérence, de la bienveillance là où aujourd'hui il semble n'y avoir plus que cacophonie.

Si je n'ai pas à fuir mes émotions, mes peurs, que mon sentiment de culpabilité s'apaise grâce au fait que je pose sur moi-même et sur mes choix de vie un regard compréhensif et bienveillant qui redonne un sens à mon parcours, même si certains passages me plaisent moins que d'autres, alors je n'ai plus besoin de projeter sur l'autre ma haine, ni de

l'accabler de reproches pour déposer chez lui la responsabilité de ce que j'ai fait de ma vie.

La paix que je fais avec moi-même va avoir un effet d'apaisement sur le conflit et permettre à la parentalité de s'exercer paisiblement, une parentalité dont le «co» redevient une évidence implicite assumée.

Ne serait-on pas surpris d'entendre un musicien d'orchestre sortir d'un concert en disant à propos d'un de ses collègues «c'est lui qui a fait le concert!». Il sait, implicitement que le concert a eu lieu grâce à l'ensemble des musiciens, dont lui; musiciens qui avaient chacun une partition bien précise à jouer, différente selon les instruments. Sur l'affiche, il n'est d'ailleurs pas fait mention de «co»-musiciens...■



**Monika
DUCRET**
Conseillère
conjugale
Thérapeute de
famille

Le processus de séparation : une transition à haut risque pour les enfants !

Petit préambule du côté couple :

La décision de se séparer commence bien avant sa mise en acte. Elle débute dans le cœur et dans la tête d'un membre du couple. Les déceptions, les frustrations, les insatisfactions voire les trahisons (l'infidélité) creusent petit à petit le fossé entre les amoureux. Si le constat sur les difficultés relationnelles peut faire l'objet d'un certain consensus, il y a divergence sur les causes du mal-être, chacun accusant l'autre d'en être à l'origine. La décision de se séparer comme solution aux disputes est souvent unilatérale. Le décalage est très fréquent au sein du couple. Pour l'un, prendre la décision de la séparation c'est sortir de l'insupportable. Pour l'autre, penser la séparation est pire que le mal que l'on s'inflige au quotidien. On veut y croire encore, on veut réparer la relation. La décision de se séparer engendre un fort sentiment d'injustice chez celui qui ne la voulait pas. Cette décision qu'il dit subir va bouleverser profondément sa vie.

Peu importe les motivations qui ont conduit un membre du couple à vouloir la séparation, le défi c'est de faire la part des choses entre la relation de parent qu'il faut construire et la relation de couple qu'il faut détricoter. Ce travail est très difficile à pratiquer lorsque l'on passe de l'amour à la haine. Comme l'écrit Jacques

Biolley dans son livre *«Enfant libre ou enfant otage»*, «le couple en souffrance ne peut céder instantanément la place à un «duo parental» serein». «La coparentalité s'inscrit dans un processus évolutif où se mêlent conflit, amertume et désarroi.» p.12.

Du côté enfant

La séparation concerne le volet conjugal du couple, mais l'impact se retrouve chez les enfants, les familles d'origine et le cercle amical.

Les enfants perçoivent souvent des signes avant l'annonce officielle, comme des disputes plus fréquentes et plus intenses ou un lit conjugal déserté par un parent. Pour les enfants en âge scolaire, ils ont souvent dans leur entourage des camarades ayant déjà vécu cela. L'annonce reste cependant un bouleversement majeur pour eux les plongeant dans l'inconnu, dans un avenir à construire. Très tôt ils ont besoin de savoir comment cela va se passer, où vais-je habiter, vais-je pouvoir continuer à voir mes copains d'école comme avant, vais-je voir papa et maman aussi souvent qu'avant etc. A côté de ce questionnement très concret émergera la tristesse de la fin de l'union de la famille, le deuil de ne plus voir ses parents ensemble aux fêtes de familles, aux anniversaires, etc. Leurs repères fondés sur le couple parental sont brusquement caducs. Ils vont

vivre des peurs liées à cette décision qui ne leur appartient pas : comment vais-je vivre sans voir papa et maman au quotidien !

L'âge de l'enfant sera une donnée importante pour les parents dans leurs décisions pour l'organisation du mode de garde. Les enfants sont donc pris d'emblée dans le processus de la séparation. Cela se passe bien pour eux lorsque les aspects organisationnels et opérationnels sont décidés à l'étage des parents en veillant à préserver au mieux leurs besoins et leur bien-être.

Malheureusement toutes les séparations ne se déroulent pas ainsi, en témoignent les tribunaux et les services sociaux comme le SPMi. La littérature abonde dans les bonnes pratiques pour se séparer en «bonne intelligence» (cf bibliographie), mais malgré ce savoir accessible à tout un chacun, malgré les études démontrant la nocivité des tensions qui perdurent au-delà de la séparation, la nature humaine n'agit pas toujours avec raison. La période de la décision officielle de séparation et de sa mise en acte est particulièrement périlleuse pour les enfants. En effet, si les parents pris dans un orage émotionnel violent ne sont plus en mesure de protéger leurs enfants de leurs tensions, ces derniers prendront leur tempête en plein cœur, sans protection, sans parapluie. Le lien à l'enfant

va alors devenir le seul endroit à accabler pour «rendre» le mal à celui qui nous a fait tant souffrir par sa décision de nous quitter. Dans notre pratique de thérapeute de famille, nous constatons les dégâts des «mal-séparations» auprès des enfants, des adolescents et même des adultes. Comment se construire lorsqu'on entend des disqualifications perpétuelles de l'autre parent. Les enfants pris au piège, sont déchirés par des loyautés invisibles et inconscientes les transformant en protecteur/avocat contre l'autre parent.

Les séparations à haut conflit impactent l'enfant au présent et voire son futur. Cela peut l'empêcher de se concentrer sur son travail scolaire, il peut aussi somatiser son mal-être. Cela peut

aussi affecter ses futures relations de couple, les jugeant trop menaçantes. Ouvrir son cœur et oser aimer c'est prendre le risque d'être détruit.

Un suivi de coparentalité est un travail sur la collaboration parentale avec des professionnels formés aux hauts conflits. Le but est de remettre au centre des préoccupations des parents les besoins spécifiques de leur enfant et de pouvoir enfin faire la part des choses entre les aspects parentaux et conjugaux. Les questions financières, souvent au centre des conflits, sont d'emblée évacuées du travail et remis aux mains de la justice. Cette manière de centrer le sujet sur le travail parental va permettre de sortir de la confusion née de la mal-séparation de départ.■

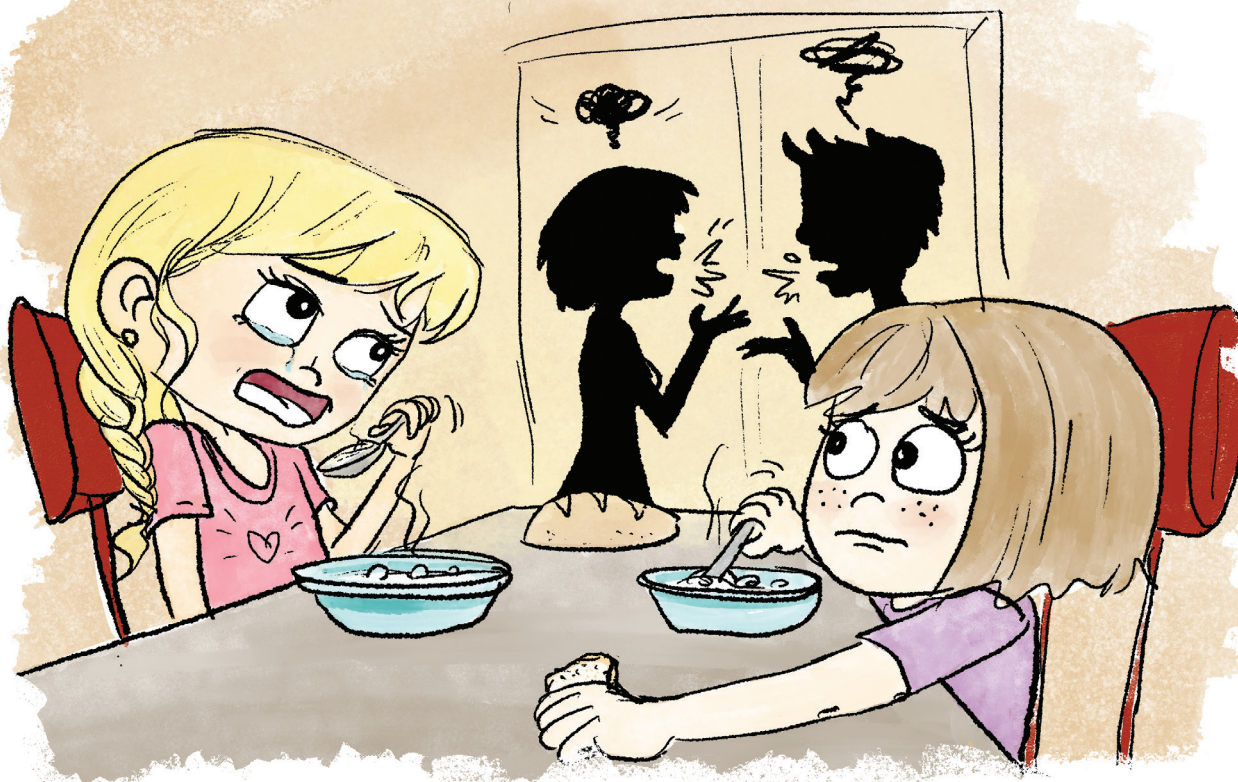
Bibliographie pour aller plus loin :



«**Enfant libre ou enfant otage**», Jacques Biolley LLL Les liens qui libèrent, 2010.

«**Mes parents se séparent. Je me sens perdu**», Maurice Berger, Isabelle Gravillon, Albin Michel, 2003, Paris.

«**Parentalité: perspectives critiques**», Laurence Bachmann, Pascal-Eric Gaberel, Marianne Modak, Editions EESP, 2016.





**Mélanie
GAUDET**
Médiatrice
familiale

Justice et coparentalité

Une séparation est un événement qui bouleverse les vies des personnes concernées et déclenche quantités d'émotions douloureuses et déstabilisantes pour la santé mentale des membres de la famille. Elle les emmène dans un territoire inconnu et souvent hostile où tout est chamboulé. De nouvelles habitudes doivent prendre vie et les anciennes blessures doivent être pansées puis réparées.

La majorité des parents ont conscience qu'il est capital de préserver l'image de l'autre parent aux yeux de leur enfant. Les compétences parentales de chacun sont alors respectées et la nouvelle vie de parents séparés peut prendre forme. L'accompagnement que les parents donnent à leur enfant est primordial pour qu'il comprenne que son bien-être et son droit d'entretenir des relations personnelles saines avec chaque parent sont au cœur de leurs préoccupations. Dans un climat de séparation serein et apaisé, les parents trouvent un terrain d'entente et mettent un terme à leur relation de façon amiable.

Cependant, certains d'entre eux n'y parviennent pas et l'enfant est alors plongé dans un conflit de loyauté, sentiment délétère qu'il ressent puisqu'il a l'impression de devoir choisir sa mère ou son père.

L'opposition des parents se cristallise fréquemment sur sa garde, son éducation, la prise en charge de sa santé ou encore ses acti-

vités extrascolaires. Les plus petites décisions deviennent des champs de bataille. Conscients ou non, les parents jouent leurs difficultés conjugales sur la scène parentale. Un historique familial compliqué, voire violent, une dépendance, un désinvestissement ou encore une «mal-séparation», tous ces points, s'ils ne sont pas pris en charge, conduisent à l'accentuation du conflit. Ces scènes ont souvent lieu lors du passage de l'enfant d'un parent à l'autre, ce qui est particulièrement destructeur pour l'enfant. Le conflit peut également être alimenté par une mise en échec de l'autre parent ce qui ne permet pas à ce dernier d'investir son rôle parental. L'enfant est ainsi plongé dans une atmosphère de culpabilité et de confusion.

Influence sur le travail professionnel

Aujourd'hui, l'équipe de Couple et Famille est amenée à intervenir dans des situations où les enfants sont entourés de mère et père dotés de bonnes compétences parentales, mais qui sont totalement aveuglés par la guerre qu'ils se livrent. Ils perdent alors l'objectif premier qui est de veiller à l'intérêt supérieur du mineur. Qu'elles soient rendues visibles lors de la procédure de divorce ou encore par le Tribunal de Protection de l'Adulte et de l'Enfant (TPAE), ces situations préoccupent les magistrats qui tentent alors de trouver des moyens pour favoriser une désescalade du conflit.

Le Tribunal «invite», «exhorte» ou encore «oblige» les parties à un travail de coparentalité en leur demandant de se rencontrer en présence de tiers neutres qui les accompagnent dans la recherche de solutions et d'accords.

Cependant, cette aide-contrainte est souvent vécue comme une épreuve supplémentaire par les parents qui n'arrivent plus du tout à supporter la présence de l'autre. Lors de la prise de contact avec Couple et Famille, l'équipe est souvent confrontée à des personnes découragées, épuisées de devoir expliquer à nouveau leurs difficultés et souvent sceptiques sur les fruits possibles de ce travail. En effet, ces situations de haut conflit sont en général accompagnées par quantité de professionnels différents (avocats, intervenants en protection de l'enfance, thérapeutes, etc.) ce qui peut augmenter la confusion dans la tête des parents.

Clarifier le processus de travail de coparentalité

Les professionnels doivent avant tout clarifier leur rôle auprès des personnes en présence. Pour commencer, il est nécessaire de leur présenter un cadre strict du travail de coparentalité. Cette étape est présentée aux parents par le médiateur en présence d'un second professionnel conseiller conjugal et/ou thérapeute de famille. Tout d'abord, il invite les parents à réfléchir sur la manière dont ils vivent l'exhorta-

tion, voire l'obligation de justice d'entreprendre un tel travail. Il leur explique qu'un tel processus ne peut être mis sur pied que s'ils y adhèrent volontairement. Cela peut leur sembler contradictoire avec l'exhortation de justice, mais une explication claire du rôle des professionnels peut amener les parents à concevoir ce travail comme une aubaine.

Nous leur expliquons ensuite que ces deux postures professionnelles médiateur/thérapeute les soutiendront dans le processus, en offrant une écoute et des outils différents pour tenter de cimenter les fondations de leur nouvelle collaboration.

Enfin, le médiateur insiste sur la nécessité de travailler en réseau, afin de favoriser la mutualisation de la prise en charge de la famille. En effet, l'interdisciplinarité est nécessaire, dès lors que les situations familiales de haut conflit révèlent des fonctionnements à caractère pathologique, malgré les rappels à la loi ou des décisions de justice. Dans pareille situation, les différents intervenants se doivent d'échanger, de collaborer, voire parfois de créer des projets communs autour de l'accompagnement de la famille. Le médiateur sera en charge des différentes interactions avec le réseau.

Pour ce faire, **un consentement éclairé et détaillé** au processus de travail de coparentalité est soumis à la signature des parents. Une copie de l'acte signé est envoyée au magistrat, au service de protection des mineurs et aux éventuels avocats encore présents dans la situation.

Oser se confronter au conflit

La coparentalité est un processus qui débute avec la naissance de l'enfant et s'intègre à l'histoire familiale. Par conséquent, les professionnels s'intéressent à la place de chaque parent dans la dynamique coparentale, mais également à la place de l'enfant.

L'une des principales difficultés pour notre binôme professionnel est de travailler la coparentalité



sans la conjugalité. Dans l'espace de travail offert par le processus, les parents sont amenés à repenser et redéfinir les liens familiaux à travers une réflexion sur leur évolution et leur complexité. En effet, chaque parent doit apprendre à séparer les conflits conjugaux de son rôle parental.

Très souvent, les parents qui sont amenés par la justice à travailler leur coparentalité sont prisonniers d'un conflit majeur. Durant des mois, voire des années, différents professionnels les ont assistés, représentés, ont rendu des évaluations ou encore ont pris des décisions impactant leur quotidien. En intégrant le travail de coparentalité au reste du dispositif d'accompagnement, le médiateur leur demande de se réapproprier leur conflit afin de trouver par eux-mêmes des solutions adéquates à leur famille. Il leur rappelle qu'ils sont les

experts de leur enfant et qu'ils doivent aujourd'hui, dans la mesure de leurs possibilités, remettre l'intérêt supérieur de leur enfant au centre des discussions.

Les professionnels font parfois face à des parents revendicatifs qui laissent exploser, sans retenue, leur hostilité envers l'autre. Les entretiens sont quelquefois stressants et énergivores pour tout le monde. Le binôme de professionnels se centre alors sur le lien relationnel entre les parents qui est l'objet principal du travail de coparentalité contrairement aux tribunaux qui se fixent sur les faits.

Les événements du passé sont certes pris en considération parce qu'ils sont à l'origine des difficultés actuelles des parents. De ce fait, le médiateur les amène à réfléchir à des façons différentes de communiquer pour le bien-être de leur enfant. Des objectifs

de coparentalité sont fixés ensemble et peuvent être ajustés au cours du processus.

L'intensité des situations en haut conflit demande un nombre de séances plus élevé que la moyenne. Même si le temps ne peut pas spontanément arranger les choses, il reste un facteur déterminant.

Ces situations de haut conflit inquiètent les différents spécialistes de la famille et de l'enfance.

Si elles sont appréhendées rapidement en amenant les parents à apaiser leurs conflits, le travail de coparentalité constitue un excellent outil de prévention. Dans le cas où la situation est

déjà cristallisée par des années de batailles judiciaires, ce processus de coparentalité, soutenu par le binôme professionnel médiateur/thérapeute, constitue aussi un autre mode de penser la dynamique parentale et permet d'améliorer et «adoucir» les relations entre les familles et le monde socio-judiciaire.■

Au **Canada**, les services de médiation de la famille, centre de jeunesse de Montréal ont publié une liste de 14 pratiques malsaines intitulée :

« Comment bousiller son enfant après une séparation ? »

1. Empêchez-le d'aimer son autre parent
2. Interdisez-lui de voir fréquemment son autre parent
3. Faites-en le confident de vos gros sales problèmes
4. Inscrivez-le au cœur de vos disputes avec votre ex
5. Faites-le jouer au messenger
6. Versez quelques larmes au récit de sa fin de semaine avec votre ex
7. Faites-lui savoir que financièrement parlant, c'est l'enfer
8. Ne mettez surtout pas en place un horaire lui permettant de savoir chez quel parent il sera à quel moment de la semaine
9. Faites-lui savoir qu'il n'est pas votre priorité et que, franchement, vous avez d'autres chats à fouetter
10. Quand il sera assez vieux, ne prenez surtout pas en considération ses souhaits quant aux modalités de garde
11. Quand votre enfant vous posera une question, allez-y simplement : dites-lui que tout est de la faute de votre ex
12. Assurez-vous que votre chum/blonde soit toujours là quand vous sortez ou pratiquez des loisirs avec votre enfant.
13. Évitez le plus possible toute intimité parent/enfant
14. Faites-en sorte que votre enfant doive se cacher pour téléphoner à son autre parent



« Lecture obligatoire »!



Dans mes premières années d'études, les professeurs de certaines branches nous fournissaient des bibliographies qui présentaient certains ouvrages comme des « lectures obligatoires ». Il s'agissait en général des grands classiques en la matière. Eh bien, je crois que s'il existait un cours pour « devenir parent » ce texte de Nicolas Favez y trouverait toute sa place comme « lecture obligatoire »!

D'abord pour son style abordable : l'ouvrage est conçu pour mettre à la portée de tout le monde le fruit des recherches scientifiques sur le sujet. Il le fait de différentes manières et tout d'abord par la conception des chapitres, présentés comme autant de réponses à des questions que tout parent peut se poser. Quelques exemples : **à l'arrivée du premier enfant que devient la relation de couple ? Doit-on être toujours d'accord ? Les relations avec le père et la mère ont-elles le même poids ? À quel âge un enfant devient-il sensible à ce qui se passe entre ses parents ?** Pour faciliter encore la lecture, chaque chapitre se termine par un encadré qui résume « ce qu'il faut retenir ». Plusieurs chapitres sont également enrichis par des exemples tirés de la pratique clinique de l'auteur illustrant le sujet abordé.

La période considérée est principalement celle qui se situe autour de l'arrivée du premier enfant (entre la conception et les premières années de vie), car c'est le moment de la « naissance » de la coparentalité. C'est en effet durant ce temps-là que la plupart des mécanismes de collaboration entre parents se mettent en place. L'auteur détaille les modifications qui interviennent dans le couple qui, à la fonction conjugale, doit ajouter celle parentale, avec les aménagements et difficultés que cela entraîne. Il analyse les différents niveaux de coparentalité pour affirmer, en s'appuyant sur les résultats d'études scientifiques, **la primauté de la dimension émotionnelle sur l'aspect fonctionnel** (la répartition des tâches). Ainsi **l'accent est mis sur l'importance de la reconnaissance des efforts accomplis par l'autre, comme une source de satisfaction**.

L'ouvrage passe aussi en revue la façon dont la coparentalité est vécue dans différents types de familles. Dans la troisième partie, consacrée à « ce qui facilite ou complique la collaboration entre parents », il aborde une question cruciale : « comment gérer les accords et les conflits ? »

Autre concept fondamental : **la coparentalité a une dimension évolutive**, et donc cet effort de coordination demande des mises à jour constantes. Autrement dit, un couple qui fonctionne de façon parfaitement coordonnée lorsque l'enfant est un bébé, pourrait se trouver en difficulté lors de la phase de l'adolescence.

En conclusion, l'auteur commence par regretter l'absence d'information adressée aux jeunes couples sur ce thème si important (pas de cours « devenir parents » et pas de lectures obligatoires !), pour ensuite se lancer dans un plaidoyer en faveur de l'inclusion des pères dans la vie familiale : en effet, malgré l'avènement des « nouveaux pères », mentalités et institutions ont encore tendance à considérer la mère comme la spécialiste de l'enfance, laissant souvent l'autre géniteur sur la touche ; **la coparentalité est aussi une question de société !**

Nicolas Favez est professeur de psychologie clinique à l'Université de Genève et co-responsable de l'unité de recherche du Centre d'études de la Famille à Lausanne. Il est particulièrement intéressé au thème de la relation entre parents, thème auquel il a consacré des recherches scientifiques, par exemple dans le cadre du jeu trilogique de Lausanne qui étudie l'interaction entre mère, bébé et père dans différentes configurations.

Rodrigo De Stephanis
Conseiller conjugal





**Philippe
MATHEY**
Prêtre
Membre du Comité

En toute quiétude...

Ce dont le monde et nous-mêmes avons besoin en ce temps trop malmené, c'est de vivre une paisible confiance. Les lieux de nos inquiétudes sont multiples et ils atteignent des zones diverses de nos existences, de notre corps, de notre moral et de notre société.

Trop de guerres sont le signe de l'obsession de puissance née de pouvoirs dominateurs. L'avenir de notre planète utilisée sans respect est le signe d'une exploitation des ressources née de l'illusion de la croissance à tout prix.

Notre santé et celles des nôtres à la sortie de la crise Covid semblent avoir échappé aux règles de la science. Le monde du travail est trop souvent le lieu de l'exploitation des ressources humaines plutôt que d'être au service de l'humain. Comme bien de nos contemporains, l'auteur de ce billet peut sembler sombrer dans la déprime. Est-ce une fatalité ?

Non, car nous sommes nombreux à voir toutes les qualités humaines capables d'empathie, de solidarité, d'invention et d'espérance. Certes, les crises de toute forme font partie de notre existence, mais les chemins pour les affronter et même en sortir ne manquent pas. Cette Gazette s'en fait l'écho. Le travail de médiation veut donner la place à

chaque acteur pour chercher ensemble comment mieux vivre une crise.

Nous entendons qu'il faut oser s'y confronter. Non pour se détruire et pour gagner tout seul mais pour construire ensemble : et là, c'est gagné pour tous les protagonistes.

Il y a dans la Bible un épisode qui exprime bien la nécessaire confiance pour sortir du désert. On le nomme miracle de la multiplication des pains – Luc, 9, 11-17. On est à la tombée du jour et la nuit menace... Les foules sont réunies dans un endroit désert et c'est la fin du jour : elles ont faim. Tout est là pour manifester l'attente profonde de celles et ceux qui ont bravé l'aridité en prenant le risque d'être débordés par le temps jusqu'à la nuit. Elles ont identifié Jésus comme celui qui a de quoi les nourrir dans tous les sens du terme. Et cette dépendance, elles la vivent dans une confiance absolue puisque nul ne sait comment va se terminer ce jour : pourtant tous mangent à leur faim.

Il est là le miracle de la multiplication des pains : c'est parce qu'elles croient que Jésus a tout pour eux que, par leur présence, elles lui manifestent leur confiance. Il leur annonce le règne de Dieu et c'est ce dont elles ont besoin.

Le règne de Dieu, ce n'est pas une réalité virtuelle ou enterrée. C'est la réalisation sur cette terre de la vie de Dieu qui se donne généreusement et gratuitement. C'est l'attention aux attentes les plus basiques et les plus subtiles de notre humanité. Jésus, comme ses disciples, et même les anonymes de ce récit en sont les acteurs. Nul, pas même Dieu, ne peut répondre à toute aspiration humaine : il faut s'y mettre à plusieurs.

La doctoresse Cesalli évoque l'importance que les personnes qui s'occupent de l'enfant le fassent en l'aimant et en lui donnant du temps. Prendre soin de l'autre c'est lui donner, dit-elle, en suffisance l'amour, l'attention et la protection. C'est précisément ce à quoi Jésus appelle ses amis en leur demandant de se donner mutuellement à manger. Chacune de nos vies n'est véritablement nourrie que si elle accepte d'être reçue d'un autre pour être multipliée par l'amour.

La confiance nouvelle donne aux disciples de découvrir qu'ils ont en eux de quoi affronter leur inquiétude.

Qui aime et fait confiance à l'amour peut traverser l'existence en toute quiétude! ■



Couple et Famille vous propose

Consultation conjugale

Consultation familiale

Consultation parentale

Médiation familiale

Médiation parents-ados

Rue du Roveray 16 - 1207 GENEVE

022.736.14.55

sur rendez-vous

info@coupleetfamille.ch

Vous souhaitez soutenir notre association ?

**Nous serons heureux de recevoir vos dons sur notre
CCP 12-10967-2**

Vous souhaitez devenir membre de notre association ?

Cotisation annuelle:

Fr. 40,- par personne / Fr. 80,- pour les personnes morales et les associations

**Retrouvez tous les articles de LA GAZETTE sur notre site
Abonnez-vous à notre Newsletter !**

www.coupleetfamille.ch

**PROCHAIN
NUMÉRO
2023**

**Couple et Famille remercie tous ceux qui soutiennent l'association,
que ce soit par des dons, leur amitié ou de la publicité autour d'eux.**

