

Les deux invitations qui sont essentielles

Par Lisa Weiner (11 mars 2021)

Traduit par Nathalie Malo

Dr Neufeld affirme que nous devons soumettre deux invitations à nos enfants. La première consiste en l'invitation inconditionnelle à exister en notre présence, et la seconde fait référence à l'invitation à devenir ce qu'ils sont en tant qu'individu à part entière. D'ailleurs, ce même sentiment est quelquefois représenté de manière imagée, à savoir que nous les aidons à leur faire pousser simultanément des racines et des ailes.

À vrai dire, certains parents ont de la facilité à lancer l'invitation à établir une relation qui est à la fois profonde et dépendante avec leurs enfants. Des déclarations telles que : « Tes problèmes sont aussi les miens », « Il n'y a rien que tu puisses faire que je sois incapable d'accepter » et « laisse-moi t'aider à trouver une solution à ce problème », capturent exactement l'essence de ce type d'invitation. Quant aux autres parents, ils invitent naturellement leurs enfants à se révéler tel qu'ils sont. Des propos tels que : « Voyons ce que tu as créé », « Oh, quelle façon intéressante de voir cette situation! Est-ce que tu peux m'en dire plus à ce sujet? » et « Je peux comprendre pourquoi tu n'aimes pas ça », se veulent des formulations qui favorisent le processus d'individuation. Toutefois, pour la majorité d'entre nous, une de ces séries d'expression nous vient plus facilement que l'autre. En outre, il convient de préciser qu'à titre de parents, notre croissance passe par la recherche de ces deux invitations qui se situent en notre for intérieur afin que nous soyons en mesure de les transmettre par la suite à nos enfants.

Au fur et à mesure que les enfants grandissent, ils oscillent entre deux pulsions, à savoir de s'attacher et de devenir un être indépendant, et ce, au jour le jour et parfois d'un moment à l'autre. En fait, il nous est possible d'observer ces polarités de manière plus évidente auprès de nos tout-petits et de nos adolescents puisqu'il s'agit de deux périodes de l'existence humaine où la capacité du fonctionnement intégratif (la faculté de composer avec deux sentiments opposés à la fois) est moindre. Par ailleurs, je me souviens clairement de l'époque où mon fils avait deux ans et qu'il insistait pour s'habiller seul (nous pouvions entendre des claquements de tiroirs et des cris au-delà de sa porte de chambre qui était fermée), pour ensuite glisser et tomber lors de notre promenade vingt minutes plus tard, et subséquemment, de réclamer à être porté et à se faire chanter des chansons.

Je me rappelle également cette étape de la petite enfance quand mon autre fils, qui est actuellement âgé de seize ans, me parlait avec enthousiasme de l'année sabbatique qu'il prévoyait (faire à vélo et qu'il souhaitait explorer en solitaire dans

Les deux invitations qui sont essentielles Lisa Weiner

notre état natal de l'Oregon), peu avant que je le borde dans son lit où il adorait entendre la même chanson que je lui avais toujours chanté lors du coucher. Il convient de spécifier qu'un attachement profond alimente la pulsion vers l'individuation et que, après avoir vécu un certain temps en état d'individualisation, nos enfants (qu'ils soient tout-petits, adolescents ou entre les deux) nécessitent de « faire le plein » d'attachement à nouveau.

Il va sans dire que le fait d'être le parent que notre enfant requiert sollicite généralement le meilleur de nous-mêmes, et ce, tout en nous poussant à progresser quant à notre développement personnel. De plus, nous sommes appelés à aborder notre fonctionnement intégratif et **notre capacité à accueillir avec bienveillance la dépendance de même qu'à célébrer l'indépendance**, et ce, en alternance et à plusieurs reprises, alors que nous soutenons nos enfants vers une maturation saine et équilibrée.

Néanmoins, l'un ou l'autre de ces besoins de nos enfants, voire les deux, peuvent nous agacer. Pour certains parents, l'enfant d'âge préscolaire qui veut être porté toute la journée peut les confronter à leur propre frustration. Tandis que pour d'autres parents, le comportement insistant du tout-petit (et même de l'adolescent!), « Je peux le faire tout seul! », peut mettre leur patience à rude épreuve. Dans l'exercice de notre rôle parental, quand nos sentiments personnels deviennent trop intenses, nous devons trouver des exutoires pour l'expression émotionnelle (que ce soit la tenue d'un journal intime, du kickboxing ou l'écoute de musique mélancolique). En procédant de la sorte, nous pouvons fournir à la fois un terrain fertile dans lequel nos enfants peuvent s'enraciner, et ce, tout en procédant à la célébration et à la reconnaissance du déploiement de leurs ailes.

Tous droits réservés Lisa Weiner, 2021©

www.neufeldinstitute.org