

# Quand l'enfant est déchiré...

Lors d'une séparation, la communication entre les parents peut être difficile et le dénigrement de part et d'autre peut être accentué...



Dans ce tourbillon, l'enfant en est souvent témoin. Lorsqu'il y a présence de cette dynamique familiale, il est possible de percevoir que l'enfant est pris dans un **conflit de loyauté**.

Le conflit de loyauté entraîne chez l'enfant une confrontation entre deux valeurs importantes pour lui : le désir d'aimer ses deux parents et l'impossibilité de les aimer ouvertement.

## Manifestations possibles

- ◇ L'enfant s'abstient de nommer les bons moments qu'il passe avec un parent
- ◇ L'enfant désire faire plaisir à chacun de ses parents afin de diminuer les conflits
- ◇ L'enfant module son discours avec chacun des parents

## Symptômes possibles

- ◇ Le sentiment d'être responsable de la séparation
- ◇ De l'anxiété, de la colère et de l'isolement.
- ◇ Perte au niveau de son attention et sa concentration.
- ◇ Angoissé par les tensions entre ses parents et cherche comment il peut les atténuer.
- ◇ Impression de devoir choisir son camp

## À long terme...

- ◇ Une faible estime de soi
- ◇ Une difficulté à s'affirmer. Les émotions ressenties peuvent être intériorisées, car l'enfant ne veut pas préoccuper davantage ses parents

## Comment atténuer ce conflit ?



Le conflit de loyauté peut s'estomper chez l'enfant, mais cela prend la collaboration des deux parents. Tout d'abord, il est important d'envoyer une image positive de l'autre parent devant l'enfant et de lui permettre d'aimer son autre parent. Aussi, l'enfant ne doit pas être témoin des conflits et ne doit pas être utilisé comme confident, ni messager. Il est important de remettre l'enfant dans son rôle et de l'encourager à vaquer à ses activités. On doit le déculpabiliser et le déresponsabiliser de la séparation. Au besoin, n'hésitez pas à obtenir du soutien.

Timmermans, H. (2017) *Éviter le conflit de loyauté*. Tiré de Naitre et grandir <https://naitreetgrandir.com/fr/etape/3-5-ans/comportement/fiche.aspx?doc=eviter-conflits-loyaute>

Fresnel, H. (2018) Parents séparés : ne pas dénigrer l'autre. Tiré de Psychologies <http://www.psychologies.com/Couple/Crises-Divorce/Enfants-et-separation/Articles-et-Dossiers/Parents-separes-ne-pas-denigrer-l-autre>

La Maison CALM. (n.d) *Qu'est-ce que le conflit de loyauté*. Tiré de Maison CALM <http://www.maisoncalm.org/index.php>

Buffet, A-L. (2014) *Conflit de loyauté et confusion chez l'adolescent*. Tiré de Contre la Violence Psychologique <https://cvpcontrelaviolencepsychologique.com/2014/06/19/conflit-de-loyaute-et-confusions-chez-ladolescent/>

Association La Source. (n.d) *Conflit de loyauté*. Tiré de La Source Estrie <http://www.associationlasource.com/uploads/files/files/Trousse%20d'information%20-%20Section%20-%204%20Conflit%20de%20loyaut%C3%A9.pdf>

