



Bon à savoir

De plus en plus d'enfants ont à vivre le divorce de leurs parents. Quelque soit son âge, l'enfant éprouve des sentiments très douloureux qui entraîneront différentes réactions comportementales.

Peut-être va-t-il se montrer plus agressif, plus colérique ou devenir triste, renfermant en lui un chagrin trop lourd à assumer.

Le divorce entraîne une série d'événements de changements sur une assez longue période (plus ou moins 3 ans).

Ainsi l'enfant passe à sa façon les différentes étapes du deuil : négation, colère, peine et acceptation.



Les messages en lien avec l'enfant et la séparation ou le divorce :

- ❖ Je me sens coupable;
- ❖ Je veux attirer l'attention du parent;
- ❖ Je désire revenir dans le passé avant le changement;
- ❖ Je vis de l'insécurité reliée à la peur d'être abandonné;
- ❖ Je veux conserver bien à moi ce qui me reste, désir de ne plus rien se faire enlever;
- ❖ Je me sens responsable de la séparation parce que je n'ai pas été gentil.



Analyse des solutions

1. Se renseigner sur l'âge de l'enfant et consulter la **grille de développement** à la **section dimension sociale et affective**.
2. **Observer le comportement** pendant **quelques jours consécutifs** à l'aide d'une grille d'observation ou de fréquence.
3. Questionnez-vous sur les **causes possibles** ? (insécurité, changement important, événement traumatisant, etc.)

Attitudes et comportement

➤ L'enfant peut régresser :

- Revient à des comportements plus bébé (pipi au lit, ne s'habille plus seul, chigne pour rien).

➤ L'enfant peut devenir agressif :

- Toute sa colère, sa rage s'exprime par des mots ou par des gestes dirigés contre les autres et les objets ou retournés contre lui-même.

➤ L'enfant est trop sage :

- Son comportement de repli, d'inhibition nous indique qu'il accepte difficilement la réalité du divorce et qu'il va jusqu'à la nier.

- Diminution du rendement scolaire ou de la motivation à fréquenter le milieu de garde;

- Difficulté de concentration;

- L'apparition de maux physiques et de maladies;

- Attitudes de confrontation et parfois de rejet envers l'entourage;

- Il peut devenir plus «collant», plus accaparant, plus exigeant;

- Il peut devenir plus peureux et faire des cauchemars;

- Il peut devenir plus possessif et refuser de partager ses jouets;

- L'enfant peut utiliser des mots grossiers et être déprimé



Résultats des analyses

- Les observations démontrent qu'il existe un lien étroit entre la façon dont les parents s'entendent après le divorce et la facilité pour l'enfant de s'adapter aux changements.
- La séparation des parents entraîne une série de changements dans la vie de l'enfant et peut engendrer des sentiments de colère, d'impuissance, de culpabilité, de tristesse, d'insécurité qu'il traduira souvent par l'action. Ces réactions normales se résorbent graduellement si l'adulte est capable de fournir une réponse appropriée aux besoins exprimés.



Interventions aidantes:

- ❖ **Rassurer l'enfant.** Accorder une présence chaleureuse et supportrice à l'enfant (contact physique, sourire, clin d'oeil, etc.);
- ❖ **Donner le droit à l'enfant d'exprimer ses sentiments** (droit de pleurer, droit d'être en colère). L'aider à mettre des mots sur ce qu'il vit, sur ses sentiments et émotions. Favoriser l'expression des émotions à travers certaines activités et l'inviter à nous en parler;
- ❖ **Aider l'enfant à dépasser ses comportements régressifs.** Se montrer compréhensif et reconnaître le besoin temporaire de l'enfant (besoin qu'on s'occupe de lui, qu'on le maternise). **Doser nos demandes** en fonction des limites présentes de l'enfant. **Éviter la surprotection** en ayant le souci de faire progresser l'enfant. Favoriser les compromis et graduer les défis;
- ❖ **Essayer de lui assurer une stabilité dans son entourage et dans la routine de vie.** Lui donner le plus possible des points de repères;
- ❖ **Essayer de le prévenir d'un changement, d'un imprévu;**
- ❖ **Éviter de prendre partie pour l'un ou l'autre des parents.**



Clin d'œil

« Mieux comprendre ce qu'est le divorce, pour mieux saisir ce que ressentent les parents et l'enfant, nous amènerons à trouver certains moyens concrets pouvant aider l'enfant à franchir cette dure étape ».

À imprimer et
mettre sur le frigo