

Fiche pédagogique Adopte parentalité N ° 1

Comment raconter l'*Océanfance* ?

Objectif : aborder de manière symbolique le vécu préadoption

Public cible : enfants de plus de 4-5 ans

Matériel nécessaire : crayons de couleur et papier + le conte *L'Océanfance* au début du chapitre

Il est délicat d'aborder le passé difficile et souvent presque inconnu de notre enfant par adoption. Plusieurs parents se sentent mal à l'aise d'en discuter. Ils ont peur de traumatiser l'enfant de nouveau plutôt que de l'aider. Comme nous l'avons vu, c'est pourtant une des conditions nécessaires pour soutenir la résilience de l'enfant : le tuteur doit croire ce qui est arrivé à l'enfant, sans pour autant le banaliser ni s'écrouler devant tant de souffrances.

Votre langage non verbal revêt une grande importance : votre attitude, votre regard, vos gestes doivent montrer que vous êtes plein d'admiration pour son courage et que vous ne minimisez pas ses souffrances passées.

Avec de bons outils, des outils à la portée de l'enfant, vous pouvez vraiment faire une différence dans la perception que l'enfant a de lui-même.

Tous les grands adoptés en témoignent : ils se sentent très illogiquement coupables de l'abandon, mais ils DÉTESTENT surprendre un regard de pitié chez les autres ou adopter une identité de victime. Ne posez surtout pas sur votre enfant ce regard de pitié lorsque vous aborderez le sujet avec lui.

La dernière chose dont votre enfant a besoin, c'est en effet de la complaisance ou de la pitié. Il veut sentir que vous croyez les épreuves qu'il a subies, tout autant que vous avez foi dans ses capacités à en surmonter la majorité des conséquences. Vous devrez aussi le rassurer, lui promettre que vous serez toujours là pour l'aider à surmonter les moments difficiles.

Plus tôt vous célébrerez avec lui son instinct de survie, mieux il se portera. Il est de votre devoir de ne pas le priver et de ne pas vous priver de ce cadeau !

Rassemblez toute la famille autour de la table de cuisine. Les enfants, adoptés ou non, sont invités. Dites aux enfants que vous allez raconter une histoire très spéciale, mais sans indiquer que cette histoire est un peu leur histoire. Lisez la première partie du conte qui se trouve au début de ce chapitre en faisant des dessins, des gestes, et en y mettant beaucoup d'énergie et d'émotions.

Une fois l'histoire racontée, soyez attentif aux questions de l'enfant, et à ses réactions verbales ou non verbales.

- Il peut sembler indifférent, mais l'histoire va tout de même faire son chemin dans quelques minutes ou quelques jours. Même s'il n'en reparle pas sur le coup, revenez doucement sur le sujet par la suite, en respectant son rythme.
- Il peut devenir agité et essayer de saboter le déroulement du jeu. Cela le bouleverse, mais il ne saurait dire clairement pourquoi. Ne cherchez pas à le calmer à tout prix, dites-lui simplement que vous comprenez que c'est une histoire difficile à entendre, mais que maintenant, le petit matelot de l'histoire est en sécurité avec de bons capitaines, même s'il ne le croit pas encore tout à fait.
- Il peut rapidement dire : « Je sais, je sais, c'est mon histoire », ce à quoi vous devez acquiescer en confirmant qu'en effet, cette histoire ressemble beaucoup à la sienne. Soulignez en quoi votre enfant est comme le matelot courageux qui a choisi de survivre malgré les épreuves. Félicitez-le d'avoir survécu, puisque grâce à son courage, vous avez le privilège d'être son parent.
- Il se peut que vous ayez à lui poser des questions précises pour l'aider à établir des liens. Par exemple : « Est-ce que tu penses que ton histoire avant que l'on t'adopte peut ressembler à l'histoire du matelot ? Penses-tu que le petit matelot va finir par faire confiance aux capitaines ? Qu'est-ce que les nouveaux capitaines peuvent faire pour le rassurer ? Penses-tu que papa et maman sont des capitaines compétents ? Penses-tu que notre bateau-famille pourrait faire naufrage ? Sinon, pourquoi ? Si oui, resterais-tu seul comme le petit matelot ou y aurait-il des gens pour s'occuper de toi ? »

- Évitez à tout prix de juger ou de condamner les donneurs de soins précédents. Si l'enfant vous demande pourquoi ils ont quitté le navire, répondez que vous ne savez pas précisément et que vous ne voulez pas mentir ou inventer une réponse. Par contre, insistez sur le fait que deux choses sont certaines, d'abord, cela prend des raisons très graves, rares et exceptionnelles pour que des parents biologiques ou des donneurs de soins abandonnent un enfant. Ensuite, cet abandon n'est jamais, jamais de la faute des bébés. Les bébés sont trop petits et vulnérables pour avoir provoqué cela, choisi cela. Les bébés ne peuvent rien faire pour empêcher cette situation. Votre enfant était et est toujours un bon bébé, un bébé précieux qui vaut la peine d'être aimé, soigné, choyé, protégé.
- Soulignez aussi que comme le petit matelot de l'histoire, votre enfant peut parfois éprouver la peur illogique d'une nouvelle tempête ou craindre qu'il arrive quelque chose de grave aux capitaines. Rassurez-le en disant que vous êtes d'excellents capitaines, mais que plusieurs autres bateaux tout proches vous accompagnent et qu'en cas de problème, ils prendront la relève : ce sont les grands-parents, tantes, oncles, amis et tuteurs. Il ne se retrouvera donc plus jamais seul, abandonné. Parce que vous êtes des capitaines solides et prévoyants, dites clairement à votre enfant qui s'occuperait de lui et de ses frères et sœurs si maman était malade. (Si ce n'est pas déjà fait, il est donc de la toute première importance que vous rédigiez des documents notariés : non seulement votre testament, mais également un document indiquant à qui les enfants seraient légalement confiés advenant votre décès).
- Dans votre quotidien, essayez de revenir fréquemment sur le sujet, en vous inspirant de l'histoire du matelot pour lui raconter sa propre vie, pour le rassurer, lui promettre qu'il est assez fort et courageux. Montrez de l'empathie pour ses peurs sans pour autant tout excuser et le surprotéger.
- Par la suite, lorsque votre enfant essaiera de vous surveiller en faisant irruption dans la cabine de pilotage ou en décidant des choses qui ne sont pas de son âge, avertissez-le gentiment, mais fermement : « Matelot Sophie ! Qui est le capitaine, ici ? Rappelle-toi : ton rôle de matelot est de faire confiance aux capitaines, de profiter de la croisière pour grandir, apprendre et vivre des émotions agréables, pas de décider du fonctionnement ou des règles à bord du navire ! »
- Surtout profitez de cette histoire pour rassurer le plus possible votre enfant au sujet de la permanence de sa place sur votre bateau, de vos compétences de capitaines, de votre amour inconditionnel. Garantisiez-lui que même si le matelot est turbulent, qu'il n'a pas toujours de bonnes notes à l'école, qu'il désobéit parfois, qu'il dit même qu'il ne vous aime pas, il demeure à vos yeux un être précieux, important, aimable. Bref, qu'il est « condamné » à rester votre enfant pour toujours !

Inspiration : Travaux de thérapie d'impact et travaux de Milton H. Erickson

La Normalité adoptive, Johanne Lemieux, pp. 118-121

Comment traverser l'Océanfance

Il était une fois une petite âme assise sur un nuage. Elle regardait les humains sur la terre et avait très très hâte de se retrouver parmi eux.

Un jour, on lui annonça que c'était son tour de devenir un joli petit bébé. Elle pourrait enfin commencer la merveilleuse aventure de sa naissance, de son enfance et du reste de sa vie d'adulte.

Mais avant de partir, on lui expliqua qu'au début de sa vie, elle ne pourrait pas survivre toute seule. Les petits bébés humains sont formidables, pleins de potentiel mais très très fragiles. Ils ne peuvent pas se nourrir tout seuls, ils ne peuvent pas se protéger tout seuls, ils ne peuvent pas se soigner tout seuls et ils doivent apprendre beaucoup de choses avant de pouvoir survivre par eux-mêmes. On lui expliqua que le début de sa vie serait comme un long voyage sur un bateau.

Un voyage pour traverser une sorte d'océan entre le continent de sa naissance et son arrivée sur le continent du monde des adultes.

Pour survivre, grandir, apprendre, elle voyagerait sur un bateau que l'on nomme une famille. Sur ce bateau, il y aurait deux personnes adultes qui allaient être comme les capitaines et que l'on nomme un papa et une maman. Elle pourrait leur faire entièrement confiance pour l'aimer, la nourrir, la soigner.

C'est eux qui seraient en charge d'assurer sa survie, de sa santé et de le transporter d'un côté de l'océan à l'autre côté.

Dès qu'elle ouvrit les yeux, elle se retrouva sur un joli bateau. Elle était bien au chaud, rassurée et protégée. Elle vit qu'il y avait bel et bien un capitaine aux commandes du bateau.

Elle se dit que c'était exactement ce qu'on lui avait dit qu'il lui arriverait. Alors elle s'endormit doucement en confiance.

Tout d'un coup, elle se réveilla en sursaut, en panique. Elle se retrouvait dans l'eau, le bateau avait chaviré... et le capitaine avait disparu...

Elle avait très très peur. Peur de se noyer, peur de mourir. Ce n'était pas ce qui était supposé arriver. Elle ne savait pas quoi faire.

Elle fut recueillie par un autre bateau où il y avait un autre capitaine et beaucoup de petits bébés comme elle, qu'on avait recueillis flottant également dans l'eau. Affamée et inquiète, elle n'avait pas d'autre choix que de monter dans ce bateau inconnu.

Elle resta sur ce bateau quelque temps. Juste au moment où elle commençait à faire confiance au nouveau capitaine, il y eut une grosse tempête et le bateau s'échoua violemment sur une grève.

Ebranlée et traumatisée, elle embarqua sur un autre bateau qui vogua quelque temps avant de finalement couler au fond de la mer.

Elle nagea toute seule et sans savoir vraiment comment elle y arriva, elle se retrouva toute seule sur une plage.

Toute nue et toute petite, elle se dit dans sa tête : *"Mais que m'arrive-t-il ? J'étais supposée traverser mon enfance sur un joli bateau avec deux gentils capitaines qui devaient m'aimer, me nourrir, me protéger, m'apprendre les choses importantes de la vie et me conduire de l'autre côté de l'Océan sans danger."* Elle se dit alors qu'elle ne ferait plus confiance aux bateaux et aux capitaines. Elle ne voulait plus aller de l'autre côté de cet océan si dangereux. Puis elle réalisa qu'elle n'avait pas d'autre choix que d'attendre un autre bateau car elle était encore trop fragile, trop petite pour rester seule sur cette plage et survivre toute seule. Elle décida que cette fois-ci, elle prendrait le contrôle du bateau, elle ne ferait plus jamais confiance aux capitaines...

Quelque temps plus tard, un beau bateau qui avait l'air très solide, avec deux capitaines souriants, passa par-là. A regret, mais désirant profondément survivre, elle accepta l'invitation des deux capitaines à monter sur ce nouveau bateau. Ces deux capitaines lui parlaient doucement en lui disant qu'ils cherchaient depuis très longtemps un petit matelot comme elle à aimer, à rassurer. Ils se réjouissaient de lui montrer combien l'univers est magnifique.

Encore en état de choc, le bébé écoutait sans vraiment entendre. Ses pensées étaient ailleurs. On ne le reprendrait pas à se laisser faire. Ce nouveau bateau ne serait qu'une simple bouée de sauvetage, rien d'autre. Il serait très vigilant, surveillerait les capitaines jour et nuit. Si nécessaire, il attaquerait la cabine de pilotage pour prendre leur place en cas de danger.

Fin du premier acte... à suivre

Voilà le défi des nouveaux parents adoptants. Devenir des capitaines rassurants d'un nouveau bateau famille pour faire traverser l'Océanfance à un petit bébé qui a perdu confiance dans les capitaines parents, dans la solidité des bateaux familles et qui a parfois le goût de traverser ...

Il faudra comprendre que les tentatives de prise de contrôle de la cabine de pilotage par une des trois stratégies (sumo, velcro, solo) n'ont rien à voir avec la qualité du bateau ou les compétences des présents capitaines.

Votre tâche sera d'être un capitaine chaleureux mais très compétent, très encadrant, très patient avec ce petit matelot blessé. Vous devrez être le seul à décider ce qui sera bon pour sa santé, sa sécurité et son développement. Vous devrez lui redonner gentiment mais fermement sa place de petit matelot en apprentissage de la vie. Il doit profiter de la croisière et ne pas se préoccuper de décider du trajet, des règles de vie, des mesures de sécurité, de la longueur des escales. Il ne doit plus avoir peur d'échouer, de couler ou de passer par dessus bord. Ce sera une tâche pleine de défis car vous aurez à réparer les traumatismes que d'autres capitaines et d'autres bateaux ont créés.

Il devra non seulement vous aimer mais surtout et avant tout vous faire confiance pour le mener à bon port.

**Johanne Lemieux
Avril 2005**

Et pour le mener à bon port il est indispensable que les capitaines disposent d'un bon navire, d'un navire solide, étanche, qui peut résister à la tempête. Il est aussi indispensable que les capitaines aient étudié la navigation, connaissent les routes et sachent se guider sur les étoiles et sentir les vents.

