

La faim d'attachement

Par Pamela Whyte (2 mars 2011)

Dr Neufeld compare fréquemment notre besoin de nourriture avec notre besoin de relation; et plus j'y pense, plus j'y trouve du sens.

Il nous est facile de comprendre l'importance de l'alimentation pour le bon développement de nos enfants; nous savons qu'ils ont besoin de sommeil et de sécurité pour pouvoir grandir. Il est plus difficile pour nous de saisir l'importance vitale que jouent les bonnes relations dans le bien-être et même le comportement de nos enfants.

Si mon enfant devait travailler pour assurer sa survie (ses vivres, sa nourriture), si elle devait se chercher un abri et ne pouvoir trouver un peu de sommeil que lorsque c'est possible, il ne lui resterait pas d'énergie pour la créativité, pour l'exploration, pour des aspirations; mon enfant serait préoccupée par la sécurité et la stabilité. Elle courrait après les distractions pour se changer les idées et oublier ses problèmes, elle serait agitée et inquiète, et chercherait à se rapprocher de tout étranger lui semblant en mesure de pouvoir l'aider.

Comparons cela à la situation de l'enfant qui doit travailler pour préserver ses relations, chercher l'acceptation et obtenir de l'affection. Étonnamment, ces enfants agissent exactement comme ceux qui ont à lutter pour leur subsistance. Comme eux, ils n'ont pas d'énergie pour créer, explorer, aspirer; comme eux, ils sont préoccupés par la sécurité et la stabilité, ils se cramponnent et sont exigeants ou au contraire se montrent charmants et avenants pour tenter d'obtenir nos soins et notre affection. Eux aussi, ils cherchent à se distraire pour oublier leurs problèmes, sont agités et inquiets, et sont susceptibles de suivre tout étranger qui semble en mesure de pouvoir aider.

Un si grand nombre de nos enfants, même ceux qui sont véritablement aimés, éprouvent un manque cruel de relations profondes et sûres. Nous comprenons qu'un enfant doit manger assez fréquemment pour demeurer en santé; nous savons que lorsqu'il a faim, son comportement laisse à désirer; nous savons que les bienfaits d'un bon petit-déjeuner ne dureront pas toute la journée et pourtant, nous ne percevons pas son besoin d'attachement comme aussi légitime. Nous agissons comme s'il y avait quelque chose qui ne va pas avec l'enfant qui a besoin de nous.

Nous croyons qu'une dose d'attachement au petit-déjeuner aura un effet toute la journée; lorsqu'un enfant demande ou se cramponne, nous instruisons les autres de « l'ignorer, car il ne veut que de l'attention », comme si le fait de l'ignorer ferait

disparaître la faim. Nous nous refusons à lui ou l'envoyons dans sa chambre s'il se conduit mal afin de « l'affamer » pour le forcer à se soumettre.

Plus j'y pense, plus j'y vois des parallèles, et plus je rêve pour chaque enfant d'un estomac bien rempli et d'une bonne dose d'attachement, tous deux répétés aussi souvent que nécessaire. Invitons-les à notre table et offrons-leur un festin!

Copyright Dr. Gordon Neufeld, 2017

www.neufeldinstitute.org