

Un chagrin d'amour peut aider à grandir

Face au chagrin profond d'un jeune, les parents sont très démunis. Comment l'accompagner sans minimiser, ni dramatiser ?



EDELADERRERE-PLAINPICTURE

« **O**n apprend beaucoup des chagrins d'amour. Malgré cela, la plupart des parents veulent à tout prix les éviter à leurs enfants », constate le psychopédagogue Bruno Humbeeck, auteur de *Un chagrin d'amour peut aider à grandir* ⁽¹⁾. Dans une société du soin (le « care »), qu'il est difficile de faire face à un jeune en souffrance amoureuse ! Les parents trouvent aisément une manière de consoler leur peine lorsqu'ils sont plus petits et ils ne s'en privent pas. Combien se précipitent pour pallier leurs manques et frustrations, sans leur laisser la chance de les affronter eux-mêmes ! Une attitude qui, selon Bruno Humbeeck, ne fait qu'augmenter l'impact du premier vrai chagrin.

« Nous étions fiancés depuis plus de six mois, Christophe est parti à l'étranger, nous devons nous marier à son retour, et puis il m'a écrit pour me dire qu'il avait réfléchi : il ne souhaitait plus s'engager, confie Clotilde, 26 ans. Mes parents étaient en colère, pensaient le faire changer d'avis, et moi, j'avais l'impression que non seulement ils ne m'aidaient pas, mais qu'en plus, ils me volaient mon chagrin. »

Face à un tel drame, comment réagir ?

Quel que soit l'impact sur la famille, il est important de laisser le jeune vivre son histoire. Car le chagrin est lié au passage à l'âge adulte. À ce moment est réactivée la séparation que l'enfant a vécue, lors de son premier jour de crèche ou d'école.

Une étape clef pour les parents, qui n'ont cette fois-ci pas de dou-dou à laisser en compensation. Le jeune adulte est seul, et devra trouver dans ses propres ressources la capacité à guérir.

Passage à l'âge adulte

« Le parent doit avoir de l'empathie, donc accueillir les émotions de l'enfant, se montrer disponible pour parler, mais surtout respecter le temps du chagrin », insiste Sophie Benkemoun ⁽²⁾, spécialiste des adolescents. Soucieux d'atténuer la peine, ils sont parfois tentés de dénigrer l'être perdu, ou de relativiser la situation avec des formules du genre « Un de perdu,

dix de retrouvés ». Agir ainsi revient à nier les moments heureux de la relation et à remettre en question le jugement de l'être malheureux : « Tu ne sais pas choisir, puisqu'il t'a fait tant souffrir ! »

En réalité, le chagrin d'amour est un lieu mystérieux, où peut s'accomplir un passage de l'enfance à l'âge adulte.

Si tant de relations adolescentes finissent mal, c'est qu'elles sont fondées sur un miroir aux alouettes : chacun s'aime soi-même à travers l'autre, sans l'accueillir en vérité. La rupture est ici d'autant plus importante qu'elle se double d'une rupture avec l'adolescence. Bien accompagnée, elle sera l'occasion, vraiment, de se libérer d'un lien stérile pour devenir soi-même. Mais, pour que le calme revienne, il faudra du temps, de l'écoute et de la disponibilité.

Laisser le temps accomplir son œuvre et faire confiance à Dieu, pour accomplir son œuvre dans les moments les plus obscurs : « Face au chagrin d'amour de ma fille, je lui ai dit trois choses : nous sommes là ; prie pour que le Seigneur t'éclaire et t'apaise ; pleure car tu souffres », confie Elisabeth. Le chagrin d'amour peut apprendre à aimer. ●

Anne Gavini

(1) *Un chagrin d'amour peut aider à grandir*, Bruno Humbeeck, Éd. Odile Jacob, 238 p., 21,90 €.

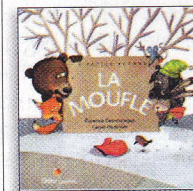
(2) Sophie Benkemoun anime l'Atelier des parents d'ados : www.atelierdesparents.com

Grenelle de la famille

Le samedi 8 mars, se tiendra à la Mutualité de Paris la grande réunion publique de synthèse du Grenelle de la famille, qui s'est déroulé dans diverses villes de France fin 2013.

Conciliation famille et travail

La ministre allemande de la Famille, Manuela Schwesig, a proposé le 10 janvier de réduire la semaine de travail de 40 à 32 heures pour les parents d'enfants de moins de 3 ans. Une main tendue qui est loin de faire l'unanimité au sein du gouvernement outre-Rhin.



« La Moufle »

Dans ce joli conte russe, des animaux de plus en plus gros se blottissent dans une moufle déposée par le vent. Textes et dessins poétiques sont une invitation au voyage pour les plus jeunes. Dans la fin humoristique, il ne faut pas chercher de morale particulière, mais le plaisir de raconter et de mettre en scène.

F. Desnouveau et C. Hudrisier, Éd. Didier jeunesse, 19,90 €.