

# Les difficultés dans la relation adulte/enfant.



## Sommaire

Introduction.....p 4

1 : État des lieux d'une relation adulte/enfant.

I/ Héritage.....	p 5
II/ Attentes.....	p 5
III/ Les effets.....	p 6
IV/ Comportements Compulsifs Infusés. Triangle de Karpman.....	p 7

2 : « Sois le changement que tu désires voir en ce monde. » GANDHI

I/ Faire la paix avec son passé.....	p 9
II/ Se libérer de ses attentes .....	p 9
III/ Les effets .....	p 10
IV/ Comportements Compulsifs Infusées.....	p 10
Conclusion .....	p 12

Profiter de l'instant présent, être à l'écoute de soi-même : des attitudes très en vogue aujourd'hui.

Alors que l'homme du 21<sup>ème</sup> siècle est à la recherche du bonheur, seulement 16% de part de son cerveau n'est consciente. Les 84% restantes constituent sa part subconsciente.

En nous attachant sur notre histoire généalogique, nous comprendrons qui nous sommes vraiment. Faire la paix avec son passé permet de se libérer d'un soi non maîtrisé.



## **Introduction**

L'enfant est notre avenir : aussi, l'État, la famille ou la société civile, placent l'enfant au centre de leurs préoccupations.

Car pour l'État ou le parent, cet être neuf, vierge, en devenir, est le reflet de son identité, et représente l'avenir de tous les possibles : on se projette en lui.

Malgré des intentions louables, l'adulte, parent, enseignant, éducateur (...) est confronté chaque jour à des difficultés de communication, d'échanges avec l'enfant : cet être chéri qui lui ressemble tant, n'obéit pas à ses désirs.

Alors que tout est fait pour que l'épanouissement de l'enfant soit optimal -scolarité, santé, culture...- la relation entre adulte et enfant ne cesse de nous interroger : Nous butons sans cesse contre cet être en devenir que nous voudrions parfait.

Comment le Neuro-Training peut-il modifier cette relation et la rendre plus sereine ? Nous verrons dans un premier temps que l'héritage familial est un protagoniste perturbateur de la relation adulte/enfant.

Puis nous verrons comment le Neuro-Training permet de la rendre plus harmonieuse.

# 1. *Etat des lieux d'une relation adulte/enfant*

## I. Héritage

Tout individu naît de l'histoire des ses parents, de ses grand-parents, de ses aïeux. Ainsi, il est façonné par son héritage. Qui peut affirmer n'être parti de rien ? Avoir écrit le plan de son existence ? Personne : on ne cesse de vouloir avancer, évoluer, changer ou oublier son passé.

Attardons nous sur le cas de Mme P.

Mme P. est en conflit intérieur : elle désire mais elle est. Qui est-elle ? Une jeune femme intelligente mais peu sûre d'elle, à l'allure posée mais bouillonnante à l'intérieur. C'est une mère idéaliste, tournée vers ses enfants, mais capable de colères qui la mettent toujours en position de culpabilité. Mme P. est pleine de qualités et rêve d'entreprendre, mais sa nature la freine et elle n'avance pas.

Face à ce conflit, il convient de s'attarder sur son héritage :

Paternel: Son père parle peu, est raisonnable et réfléchi. Il montre peu ses sentiments, c'est une personne discrète. D'ailleurs on aime à dire à quel point Mme P. ressemble à sa grand-mère paternelle. Car petite, et même plus grande, on dit souvent à Mme P (pour la reconforter de sa timidité et de son manque d'assurance?) qu'elle est le portrait de cette grand-mère gentille et discrète. Dans ce partage des qualités paternelles, chacun trouve du réconfort, une fierté d'appartenance.

Maternel : sa mère est une femme active, qui a su mener de front l'éducation de ses 3 enfants ainsi que son travail. Elle a su sortir du rôle traditionnel auquel on destinait les femmes de son époque. Comme femme de valeur, elle s'est tournée vers une carrière dans le social, et c'est tout naturellement que Mme P. se retrouve dans les ambitions de sa mère.

Aujourd'hui donc, le souhait de poursuivre l'engagement maternel est confronté au manque d'assurance transmis par ses aïeux et par son environnement familial.

Un individu, même libre, est enchaîné.

## II. Attentes

L'individu, ainsi enchaîné par son héritage, est devenu un être contraint. Afin de se libérer, il va reporter des *attentes* sur son entourage, et notamment sur l'enfant dont il est responsable.

Ainsi, l'enfant a devant lui un chemin tout tracé par l'adulte :

- Il entreprendra des études car sa famille a souffert du manque d'argent
- Il câlinera sa mère car elle manque d'affection
- Il sera obéissant, pour rassurer l'adulte sur son rôle d ' « adulte »...

L'attente peut illustrer le *projet sens* d'un couple : Lorsque celui-ci décide d'avoir un enfant, ce dernier porte en lui dès sa conception les attentes de ses parents : donner un frère ou une sœur à l'aîné, ressouder un couple, occuper la mère... Il offre donc la possibilité à l'adulte d'un chemin nouveau : il devient le support permettant à l'adulte de recomposer son histoire.

L'attente se trouve également dans la démarche inconsciente que l'adulte met en œuvre pour se guérir des ses blessures : Il demande/impose à l'enfant une ligne de conduite sensée éviter des

ennuis à l'enfant mais en réalité, il trouve de manière inconsciente un remède à ses souffrances passées, une manière de ré-écrire sa propre histoire.

Cette démarche inconsciente peut apparaître logique et même saine puisqu'elle révèle que l'adulte va faire en sorte que l'enfant évite les problèmes qu'il a lui-même endurés : attitude bienveillante.

En réalité, le résultat n'est malheureusement pas celui escompté car pour atteindre ses objectifs, l'adulte peut avoir recours à des attitudes, des paroles désobligeantes si l'enfant ne correspond pas à ce qu'on attend de lui.

S'il porte la peur de l'échec scolaire ou social et désire ardemment que l'enfant acquiert un maximum de compétences, il peut se montrer autoritaire, le menacer ou le rendre coupable, pour obtenir de l'enfant qu'il réussisse, pour son bien. Cela existe dans la cellule familiale, ou dans la salle de classe.

L'adulte, dans un souci de bienveillance ne s'aperçoit pas toujours qu'il a recourt à des armes qui peuvent se révéler destructrices pour l'enfant alors en pleine construction.

Car ces attentes ont des effets physiologiques.

### III. Les effets

Des recherches en neuro-sciences démontrent que le stress, les humiliations verbales et physiques, les punitions, les menaces peuvent avoir des effets nocifs sur l'enfant : Risques de troubles du comportement, perturbation de l'apprentissage. On appelle maltraitance émotionnelle toute parole qui rabaisse l'enfant, le critique, le ridiculise, le punit, lui procure un sentiment d'humiliation, de honte ou de peur. Les enfants humiliés reproduisent ce qu'ils vivent via les *neurones miroirs* qui nous font imiter les autres. La violence se transmet et s'apprend.

Tout ceci affecte le cerveau en construction de l'enfant. Des structures cérébrales vont être affectées, dont le cortex orbito-frontal qui aide à réguler les émotions, permet d'être empathique, d'aimer, de savoir faire des choix, d'avoir un sens moral. Mais aussi l'hippocampe qui est une «structure essentielle pour le traitement de l'information à court terme à transférer à long terme » et « qui enregistre les événements comme des faits ».

L'esprit va donc être paralysé par la peur. L'enfant n'est plus en mesure d'écouter ce que l'adulte dit, ni d'apprendre. Il perd sa soif de découvrir et d'apprendre et peut aller jusqu'à perdre sa joie de vivre. Quand l'adulte compare des enfants ou impose du stress, de la compétitivité, il empêche la sécrétion d'ocytocine, de dopamine.

Le système scolaire, approuvé par autant de parents que d'enseignants, fonctionne sur ce fond de comparaison et de compétitivité puisque basé sur un jugement de valeurs que sont les notes ou autres appréciation de couleurs. L'enfant qui a eu de mauvaises notes va se sentir humilié. Il est dévalorisé, stressé, découragé, en situation d'échec et ne peut plus apprendre. Celui qui a obtenu de bonnes notes, quant à lui, satisfait implicitement les attentes des adultes, et perd la possibilité de donner du sens à son travail qui est de découvrir et comprendre l'infinie complexité du monde et sa richesse.

Il devient évident qu'en faisant porter ses attentes sur l'enfant par le biais de comportements révélant ses frustrations, l'adulte sape le potentiel de l'enfant, et l'empêche d'agir lui-même en fonction de ses besoins propres.

#### IV. Comportements Compulsifs Infusés. Triangle de Karpman

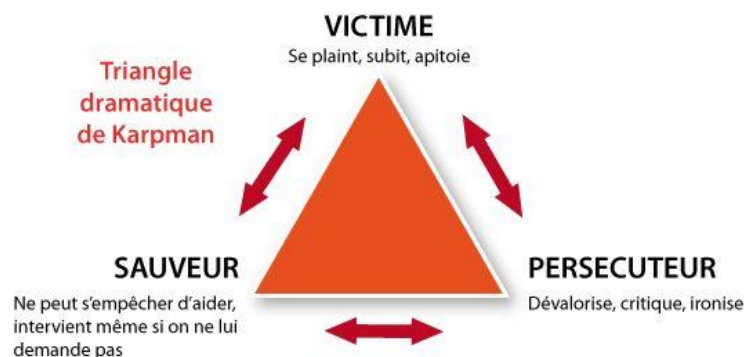
Le conditionnement d'un individu a une influence sur sa relation aux autres.

Les mécanismes mis en place (relevant des peurs, croyances, et habitudes) sont appelés en Neuro-Training : Comportements Compulsifs Infusés (C.C.I).

Rappelons qu'ils sont issus de l'héritage familial, reproduit, ou fuit : peu importe, l'un ou l'autre il s'agit toujours d'un conditionnement. Les C.C.I sont l'incarnation du *non-choix*.

Dans sa relation aux autres, l'individu aux prises d'un C.C.I pose les règles de coexistence des différents protagonistes de son milieu : dans ce système il va tour à tour endosser trois rôles distincts :

- Le Persécuteur : il voit les déséquilibres, le dit, ne donne pas de solution, contrôle, critique, se met en colère et appuie sur le déséquilibre.
- le Sauveur : une personne a besoin d'aide, le sauveur montre la solution et aide la personne à l'appliquer. La personne aidée n'est pas autonome et le sauveur crée une dépendance.
- la Victime : la personne a besoin de solution mais donne le pouvoir à l'autre de choisir laquelle, voir même de la mettre en œuvre.



Prenons l'exemple d'un enseignant dans sa classe. Confronté à un désordre, alors qu'il a posé les règles et verbalisé son désaccord, il finit par sanctionner le groupe. On admet ici que l'adulte est d'abord victime car sa demande n'est pas entendue. Mais il va passer au statut de bourreau car sans solution et « victimisé », il se « venge » en punissant tous les élèves.

Au sein d'une famille, un enfant peut également endosser ces rôles. Celui qui vit un conflit familial et perçoit la demande d'un parent envers l'autre : « je suis malheureux(se), tu ne m'aimes pas assez ». Quelle solution peut-il apporter autrement que « je vais défendre celui qui se plaint, j'ai de la peine (je suis victime aussi) et je vais le faire payer au parent accusé (je peux être bourreau) ».

Dans un groupe aux règles établies par un adulte (sauveur), l'enfant conformé est félicité. Celui qui ne veut ou ne peut appliquer les règles, est mal perçu et facilement étiqueté d'agitateur ou de persécuteur.

En admettant que dans un système, chaque individu joue un rôle et peut être tour à tour victime, persécuteur ou sauveur, il convient d'admettre que pour en sortir chacun peut modifier ce système en changeant soi-même.

Si l'adulte modifie son comportement, celui de l'enfant évoluera également. Et pour que l'adulte puisse modifier son comportement, il doit intervenir sur son passé...



# 1. « Sois le changement que tu désires voir en ce monde. » Gandhi

## I. Faire la paix avec son passé

Le Neuro-Training peut aider celui qui désire modifier son rapport aux autres et à lui-même, en travaillant sur les héritages : ceux qu'ont laissés nos aïeux sont enregistrés dans le corps .

Un moyen en Neuro-Training de faire la paix avec son passé et de gagner en liberté, est par exemple le transfert. Être le transfert d'un ascendant c'est, de manière inconsciente, se comporter, ressentir et/ou penser comme lui ou elle. Mettre en lumière que le stress vécu par la personne, les attitudes qu'elle adopte ne sont pas les siennes, permet de lever la détresse qui s'est installée et de se rebrancher avec ce qui est bon.

En Neuro-Training nous partons du stress existant et allons remonter à la source en étudiant l'histoire généalogique par différents *cadres de temps* (*expériences de vie, période intra-utérine, conception, générations*). Nous allons demander au cerveau d'aller soit à l'origine du stress, soit d'aller scanner tous les moments où le stress a existé. De là nous allons « débrancher » le vécu et « rebrancher » avec ce qu'on aurait aimé qu'il soit.

Mme P. accompagne ses enfants dans leurs apprentissages. Lorsqu'elle se penche sur le contexte scolaire, elle ressent de la colère et de la frustration : naturellement cela nourrit un rejet de l'école de la part de ses enfants.

Quand Mme P. a réalisé ce qui la liait à sa grand-mère paternelle, elle a compris que ces aversions ne lui appartenaient pas et ainsi elle peut libérer ses enfants de l'image négative de l'école qui était véhiculée.

## II. Se libérer de ses attentes

Se débarrasser de ses chaînes permet donc de se reconnecter à soi-même, être bienveillant envers soi-même et envers les autres. Dans la relation Adulte/Enfant, les attentes s'estompent au fur et à mesure que l'adulte se comprend.

De cette compréhension va découler une autre écoute de l'enfant, libérée d'attentes.

Il faut comprendre que l'individu qui n'est plus soumis à son passé, ne se projette plus sur l'autre : il le laisse être lui-même.

Ainsi, l'adulte est capable de réellement soutenir et encourager l'enfant qui devient plus serein, plus créatif.

C'est particulièrement visible en milieu scolaire où les méthodes bannissant toutes sortes de notations mais qui vont plutôt souligner, valoriser le travail, montrent le bénéfice pour l'enfant dans son apprentissage ainsi que dans la relation qu'il entretient avec l'adulte.

Quand l'adulte ne juge pas l'enfant (soit par des réflexions, soit par des attitudes ou même des notes à l'école), il est dans le soutien, l'aide, l'accompagnement. L'enfant n'a pas peur de faire des erreurs. Il est en confiance, garde le goût de comprendre, de décortiquer le monde, d'apprendre à l'école. Apprendre c'est la vie ! Quand l'adulte transmet à l'enfant que vivre c'est expérimenter, douter, se tromper, poser des questions, l'enfant n'a pas peur, il ose s'exprimer, demander des explications. Il n'est plus inhibé par la peur de l'échec.

Dans cette dynamique l'enfant peut bousculer l'adulte et l'adulte n'a pas peur de « tomber ».

### III. Les effets

La bienveillance vis à vis de l'enfant va favoriser le développement de l'hippocampe et donc va augmenter les capacités cognitives de l'enfant. Plus ce dernier est soutenu plus il est motivé, et plus il a du plaisir, plus il mémorise et apprend. Quand l'adulte est empathique et chaleureux il se produit un cercle vertueux. L'adulte sécrète lui même de l'ocytocine (hormone du plaisir) qui déclenche la production de trois autres molécules : la dopamine, l'endorphine et la sérotonine. L'enfant étant réceptif à cet état d'être de l'adulte, est calme, confiant, curieux, empathique, motivé et heureux d'apprendre.

La collaboration, la coopération, le plaisir favorisent la sécrétion de dopamine et ocytocine. Les méthodes d'accompagnement de l'enfant bannissant la peur, le stress, sont agréables et satisfaisantes aussi bien pour l'adulte (parent, enseignant, éducateur) que pour l'enfant.

Dans une dynamique positive, les neurones miroirs interviennent également : l'attitude de l'adulte sera imitée par l'enfant qui va à son tour adopter des comportements d'aide et de partage.

L'enfant qui ressent un sentiment de joie, d'enthousiasme, de fierté dans son apprentissage de la vie, va le transmettre à son entourage :

- à la maison, il peut communiquer et entreprendre de manière coopérative et avec enthousiasme
- à l'école, il offrira la possibilité à son camarade de partager ses apprentissages sans idée de compétition, de communiquer son savoir sans prétention de supériorité, mais pour le seul plaisir de partager.

### I. Comportements Compulsifs Infusés

Ce jeu de miroir est perceptible dans ce que renvoie l'enfant à son parent : le conflit vécu par l'adulte avec ses *Comportements Compulsifs Infusés* :

*Les enfants détiennent la solution aux problèmes des adultes, encore faut-il les écouter. Si les adultes pouvaient percevoir les solutions que ces derniers leurs proposent, au lieu de les contrer, ils découvrirait les C.C.I en eux. C'est le travail des enfants de mettre au défi leurs parents et grands-parents.*

Ce jeu de rôle, s'il est compris, va faire remonter les troubles au conscient.

Ainsi l'adulte, en examinant ce qu'était sa vie d'enfant au sein de sa famille, peut comprendre tout ce qui fait qui il est, de quelle manière il a été moulé. Peu importe qu'il ait copié ou rejeté ce que ses parents lui proposaient, l'individu s'est construit sur cette transmission.

Le conflit qui liait Mme P. à ses parents lorsqu'elle était enfant, n'était pas le sien, elle a été le miroir d'un conflit qui appartenait à ses parents, eux-même étant en prise avec leurs blessures d'enfants.

Pour ne pas avoir à vivre ce conflit, il aurait fallu que les parents aient soigné leurs conflits intérieurs :

- mettre en lumière le Comportement Compulsif de la maman et le corriger, aurait permis à la petite Mme P de ne pas avoir à protéger, « sauver » sa maman.

- mettre en lumière celui du papa aurai permis à la fillette de ne pas avoir à être le « persécuteur » de son papa.

Dans le domaine scolaire, si l'enseignant lui aussi joue un rôle, il incite aussi ses élèves à porter un costume. S'il décide de se remettre en question, il changera sa relation à l'enfant mais aussi certainement à son métier.

Libéré d'un C.C.I l'individu modifie son comportement de telle manière que :

- le « Persécuteur » devient « Confronteur » : il est facilitateur qui voit le déséquilibre, va aider à trouver la solution. La personne qui reçoit l'aide est responsable de son changement
- le « Sauveur » devient « Autorisant »: il aide la personne à trouver sa solution et peut lui montrer comment l'utiliser
- la « Victime » devient « Receveur » : il reçoit les solutions et choisit celle qu'il souhaite expérimenter, pour son bien propre.

Ce nouveau système mis en place, permet à l'enfant de vivre sereinement car ce dernier est libre d'utiliser les solutions suggérées et peut même trouver seul la sienne. L'enfant guidé par l'adulte bienveillant devient capable d'agir de même avec son entourage et deviendra à son tour un adulte bienveillant.

## **Conclusion**

Faire la paix et accepter son arbre car un arbre ne vit pas sans racine. Pour avoir de belles branches il faut des racines saines.

Des relations saines, positives et dynamiques sont possibles entre adultes et enfant. Il convient à chacun de prendre l'initiative de changer de manière positive pour passer de la survie à la vie, de la défense à la confiance, de la peur à la joie.

Cette brève étude focalisée sur l'adulte et l'enfant met en lumière combien les uns et les autres sont proches, liés dans leur intimité mais ont besoin d'être eux-même pour vivre sereinement leur histoire commune et individuelle.

La famille est le temple de cette relation mais il serait intéressant de s'interroger sur ce que l'école, la cour de récréation, et les institutions en général peuvent proposer comme type de communication avec les enfants.