

Entre le coeur et le cerveau

En communiquant avec Nancy Spoolstra, la Présidente de l'ADN (Attachement Disorder Network –USA, cfr bulletin précédent), je suis tombé sur un échange de courriels intéressant expliquant l'interaction difficile **entre le coeur et le cerveau**, chez nos enfants.

Nancy explique, au travers d'une discussion difficile et violente qu'elle avait eue avec sa fille adolescente, comment celle-ci a pu faire comprendre à sa mère, le lendemain (après la « tempête »), qu'elle sentait combien son comportement premier était davantage dirigé par son **coeur** que par son **cerveau**, qu'elle le ressentait très fort mais n'arrivait pas à se dominer au moment même.

Sa maman, le comprenant bien, explique alors son point de vue à sa fille. Elle lui dit comprendre que quand elle veut lui donner son amour (c'est-à-dire son **coeur**) sa fille puisse, dans son **coeur** à elle, ressentir une menace malgré elle ; une menace « d'abandon » alors que son **cerveau** tente vainement de la convaincre du contraire ! Au stade du développement émotionnel de sa fille, tout semble se passer en 2 temps : le **coeur** d'abord et ensuite le **cerveau** !

Ce qui est intéressant dans cette petite histoire c'est que mère et fille sont toutes deux conscientes du conflit intérieur majeur chez l'enfant qui peut très fortement perturber les relations parents-enfant(s); une perturbation qui va probablement rester présente *ad vitam*.

Ce genre de situation, que nous pouvons fréquemment rencontrer auprès de nos enfants, nous montre la souffrance dans laquelle ils vivent et l'amour qu'ils attendent malgré tout de nous. Et même si cet amour est menaçant !

Pour approfondir la réflexion, ajoutons que cette situation montre comment, pour les enfants souffrant de troubles de l'attachement, le **cerveau des connaissances** et le **cerveau des émotions** ne se développent pas à la même vitesse. Et donc que la **tête** et le **coeur** n'ayant pas le même âge, ça peut faire un sacré conflit à l'intérieur, et cela devant tous les problèmes de la vie !

Notre rôle premier de parents, dans ce genre de situation, est de chercher les moyens de sécuriser l'enfant, afin de permettre au **cerveau des émotions** de rattraper l'âge du **cerveau des connaissances**, et que l'enfant puisse continuer son chemin d'une manière plus entière et donc plus équilibrée.

Nancy Spoolstra conclut son mail en reprenant les phrases de sa fille qui dit à sa mère : « **la prochaine fois que je p..e un câble, prends moi dans tes bras et serres moi fort !** »

La mère temporise la situation en expliquant à sa fille que même une personne ne souffrant pas de *Troubles de l'Attachement* peut à certains moments s'exprimer par son **coeur** avant tout, alors que son **cerveau** lui dit de faire le contraire !

A méditer, mais je suis conscient qu'au quotidien, ce n'est pas toujours facile, ni à comprendre, ni à réaliser.

Richard Bergen