

Conflit de loyauté

Qu'est-ce que le conflit de loyauté.

Dans une situation de séparation conflictuelle entre les parents, le conflit de loyauté peut se définir comme étant un conflit intérieur que l'enfant ressent face à l'impossibilité de choisir entre ses deux parents.

Nous pouvons dire que suite à la séparation de ses parents un enfant souhaite dans sa tête et dans son coeur continuer d'aimer et être heureux avec chacun de ses parents. Lorsque la méfiance et le mépris sont mutuels de part et d'autre, l'enfant se sent pris entre ses deux parents et peut tenter de faire plaisir à chacun de ses parents afin d'éviter le plus possible les conflits.

Si les conflits diminuent ou cessent complètement, nous pouvons affirmer que les répercussions et les conséquences sur votre enfant seront moindres que si les conflits persistent dans le temps.



Conflit de loyauté (suite)

VOICI LES SENTIMENTS, LES COMPORTEMENTS ET LES CONSÉQUENCES POUVANT APPARAÎTRE LORSQU'UN ENFANT VIT UN CONFLIT DE LOYAUTÉ :

- la culpabilité sera le premier sentiment ressenti par l'enfant. Il peut se sentir responsable de la séparation et se dire que c'est de sa faute si les chicanes continuent;
- il s'interdira de parler d'un des parents sachant que cela crée un malaise;
- il peut avoir de la difficulté à s'affirmer;
- il peut se replier sur lui-même;
- il peut ressentir un désarroi immense;
- il peut développer une faible estime de soi;
- il peut avoir deux façons d'être avec chacun de ses parents;
- il peut inventer des histoires ou dire des mensonges seulement pour dire ce qu'il pense que son parent veut entendre. Il veut plaire à ses deux parents et ne veut pas leur faire de peine;
- des comportements de régression peuvent apparaître;
- il peut avoir des difficultés scolaires;
- il peut avoir une diminution de la concentration.^{vi}

AFIN D'ÉVITER QUE LE CONFLIT DE LOYAUTÉ NE SURVIENNE CHEZ VOTRE ENFANT VOUS DEVRIEZ TRAVAILLER À ADOPTER LES ATTITUDES SUIVANTES :

- Vous utilisez le cahier de communication pour faire vos demandes ou pour donner de l'information (Le cahier suit l'enfant lors de son déplacement chez l'un ou l'autre parent. Dans ce cahier ces derniers écrivent ce qu'ils croient nécessaire de communiquer à l'autre parent. Ex. : informations concernant la santé, les activités, les intérêts et les rendez-vous de l'enfant).
- Vous ne parlez pas de l'autre parent ou de son nouveau conjoint(e) devant votre enfant si ce n'est que pour en dire du positif.
- Vous renforcez les forces et qualités de votre enfant, peu importe s'il vous fait penser à votre ex-conjoint(e).
- Vous acceptez que votre enfant parle de son autre parent ou du conjoint(e) et dise qu'il l'aime (sans émettre de commentaires ou de menaces qu'il sera moins aimé s'il donne de l'affection à un autre adulte. Attention, le non verbal est tout aussi important).
- Vous prenez le soin de préparer votre enfant lorsque vous prévoyez des changements dans sa routine.
- Vous confiez à vos amis, à votre parenté ou à un professionnel vos difficultés personnelles.
- Vous rassurez votre enfant à savoir qu'il n'est pas responsable de ces événements.

Gardez en mémoire que mieux vous gérez la situation, mieux votre enfant apprend à le faire lui aussi.

^{vi} www.ligueenfanceestrie.org/quest-ce-que-le-conflit-de-loyaute.sphp