

# Méthode E.S.P.È.R.E.® – Thèmes d'application

## Parents / Enfants

### Le plus beau des cadeaux

par Jacques Salomé.

J'avais écrit il y a quelques années un texte dans lequel je racontais qu' en échangeant quelques mots au téléphone avec une de mes filles, j'avais découvert, que le plus beau des cadeaux, qu'elle souhaitait recevoir de ma part ne portait pas sur un objet, un nouveau vêtement, un bijoux ou un parfum, mais simplement sur un peu plus de ma présence, de mon attention, de mon temps et une confirmation qu'elle était importante pour moi, que le lien existait toujours, qu'il n'était pas dévitalisé. J'ai trouvé que c'était une belle demande et je ne l'ai jamais oubliée.

Mais parfois et malgré leurs demandes ou leurs attentes, malgré toute l'attention, les manifestations d'amour ou d'intérêt que nous pouvons avoir à leur égard cela n'est pas toujours bien reçu.

Nos enfants devenus adultes s'éloignent ou se rapprochent de nous, aux grés des séquelles d'un passé encore chargé de contentieux, ou de leurs questionnements intimes, des urgences qui surgissent dans leurs vies, de leurs choix de vie aussi, ou encore, de ce qui se réveille en eux de leur histoire dans leur quotidien.

Ainsi une demande d'attention peut contenir deux messages qui peuvent sembler antagonistes, mais qui ne s'annulent pas. Deux demandes contradictoires, comme souvent un ex-enfant, devenu adulte est capable d'en faire à l'un ou l'autre de ses parents.

La première des demandes peut s'entendre : « *Je ne suis plus une enfant, arrêtez de m'appeler pour me demander si je vais bien (sentiment d'être contrôlé), ne me demandez plus si j'ai besoin de quelque chose (mise en dépendance), ne m'offrez plus de cadeaux (mise en dette), arrêtez de trop me donner (car je ne peux plus demander). Je suis autonome, je n'ai plus besoin de soins, de prise en charge, je sais faire face à mes besoins, je m'offre ce que je veux...* »

L'autre versus de la demande peut être : « *J'ai quand même besoin de manifestations d'amour, de tendresse, de contacts directs, mais je ne veux pas en demander trop directement, c'est à vous de l'entendre et d'y répondre, en prenant même le risque de mes refus et de mes réticences...* »

Beaucoup des demandes, que nous font nos enfants devenus adultes, sont ambivalentes, trop chargées de ressentiments, de reproches, de tentatives de culpabilisation et d'insatisfactions.

Je crois, qu'au travers de quelques-unes de ces demandes contradictoires, les ex-enfants vérifient en fait le lien. Ils s'assurent qu'il est toujours là, ils vérifient sa solidité, en tirant dessus, quelquefois violemment pour le mettre à l'épreuve !

À notre bout du lien, ils tentent de nous faire passer le message suivant : « *Je suis grand, je n'ai plus besoin de vous, et d'ailleurs je vous en veux, car vous ne m'avez pas toujours compris, pas aimé comme je l'aurais souhaité, pas reconnu tel que j'aurais voulu l'être...* »

À leur bout du lien, ils murmurent : « *J'ai encore besoin de vous, vous êtes importants pour moi, mais je ne veux pas lâcher encore toutes mes rancœurs ou mes accusations, mais entendez au moins que j'ai besoin de votre attention, de votre présence, de votre amour, même si je suis capable de les refuser ou de les maltraiter !* »

Alors si j'ai compris cela, je peux remercier mon enfant de m'avoir alerté. Je peux lui témoigner que je suis capable de l'accueillir et de partager ma tendresse avec lui. Il prendra mon invitation ou pas.

À mon bout, je lui témoigne que j'ai entendu, l'essentiel du message (*l'attente et la demande*) que je ne me laisse pas paralyser par l'autre partie (*le refus ou le rejet*).

Ainsi puis-je leur confirmer que le lien est toujours là, qu'il est solide, qu'il n'est pas blessé par les contradictions et les ambivalences qu'ils éprouvent, qu'il est toujours disponible... à mon bout de la relation.

Si nous avons compris cela, qu'il s'agit pour eux de vérifier si le lien aux parents est toujours solide, nous n'avons qu'une réponse : « *viens, viens quand tu veux, viens pour pouvoir partager le meilleur de toi et de moi.* »

Il n'est pas certain que notre enfant (*à son bout de la relation*) prendra l'invitation, mais (*à notre bout*) nous avons fait ce qu'il était souhaitable de faire. Témoigner que nous sommes là, que quel que soit leur âge ils sont toujours nos enfants et que nous resterons leurs parents pour l'éternité.