

Vos enfants et leurs amis imaginaires : Comment réagir ?

Votre enfant vous parle tout le temps de cet ami qui fait les pires bêtises et est tellement fort ? Il va même raconter à ses amis et sa famille qu'il a une frère ou une sœur dont personne ne connaît l'existence et cela commence à vous inquiéter ? Pas de panique !

La plupart des enfants, à un moment donné de leur vie, s'inventent des amis ou une famille imaginaire qui les aident à surmonter des difficultés passagères (jalousie, trahisons, regrets, ruptures). C'est souvent entre 3 et 5 ans, que commence à survenir ces « fantômes », car c'est à cette période que l'enfant émet des doutes quant à ce qui est vrai et ce qui ne l'est pas comme les monstres dans la nuit par exemple. Quand l'ami imaginaire apparaît vers 6-11ans, pendant la période pré-pubertaire, celui-ci a pour rôle de combler des moments d'incertitude tout à fait normaux au cours du développement de chaque enfant, parfois cette invention vient là combler une faiblesse dans la construction de la personnalité du jeune. C'est aussi le cas d'enfants se sentant seuls qui veulent attirer l'attention de la famille, des amis et de la maîtresse. C'est aussi une façon pour l'enfant de se créer son jardin secret et de s'éloigner des tracas de la vie quotidienne.

En tant que parents vous devez comprendre que l'ami imaginaire est la projection des problèmes ou désirs de vos enfants. Aussi intéressez-vous à la conversation qu'entretiennent votre enfant et son ami imaginaire et questionnez le sur ce qu'il recherche dans cette relation. L'ami imaginaire peut, par effet de miroir, vous permettre de mieux comprendre votre enfant.

Soyez à l'écoute, et montrez à vos enfants que vous êtes là pour les aider et les écouter quoique que soit leurs problèmes ,leurs doutes et leurs angoisses, montrez votre ouverture d'esprit, et alors ils ne ressentiront plus le besoin de se confier à un étranger irréel.

Sarah Chaslerie, Psychologue