

CONSTRUIRE SON IDENTITE QUAND ON EST ADOPTE

Construire son identité quand on est adopté suppose de passer par plusieurs étapes et de nombreux questionnements.

Adoption

Adopter un enfant est une grande responsabilité pour les parents. C'est un geste magnifique, qui témoigne de l'amour et de la volonté d'offrir une vie remplie d'affection à un enfant. Mais c'est aussi savoir expliquer à l'enfant d'où il vient, lui offrir toutes les clés de son passé afin qu'il puisse se construire au mieux dans le présent.

La recherche des origines chez les personnes adoptées consiste à construire une part fondamentale de soi-même. C'est un processus qui prétend répondre à des questions, à des vides qui appartiennent à l'intimité, à une secrète parcelle de soi que l'on ne connaît pas et qui est le début d'une histoire. La recherche des origines est normale une fois que l'on a dit à l'enfant qu'il avait été adopté.

La rencontre avec le miroir biologique

Dès que possible, il faut expliquer à son enfant qu'il a été adopté. Avec la connaissance de cette information, il va pouvoir initier une recherche via un processus intrapsychique qui repose sur des questions, comme qui sont les parents biologiques, les circonstances dans lesquelles ils vivent et qui ont pu provoquer cet abandon.

Plonger dans son passé est souvent nécessaire pour les enfants adoptés, mais peut rouvrir des blessures anciennes. Comme le souligne Yves-Hiram Haesevoets dans son article "L'enfant adopté : en quête de sens et questions d'identité",

"Il ne suffit pas de retourner sur les traces de ses origines pour guérir du traumatisme de l'abandon."

Lors de cette étape, il est fondamental que la communication soit ouverte entre la famille et la personne adoptée afin de pouvoir poser des questions sur son passé sans être mal à l'aise. L'histoire d'un enfant adopté ne commence pas le jour où ses parents sont venus le chercher

ou ont décidé de l'adopter, mais bien le jour où il a été conçu. Évidemment, certaines informations de cette phase sont manquantes, mais elles n'empêchent pas les enfants de se construire une identité saine petit à petit avec les informations dont ils disposent.

Les étapes du développement identitaire

Pendant l'étape de l'éducation infantile, le besoin d'élaborer son histoire se limite à obtenir des informations de la part de ses parents, et pour l'enfant, l'adoption est une anecdote qui n'a pas encore l'importance qu'elle aura plus tard. Ici, la capacité de la famille de mettre en place des stratégies sera utile pour expliquer à un enfant qui ne va pas encore à l'école sa conception et son abandon postérieur. Il s'agit par exemple de rechercher diverses images sur internet de femmes enceintes qui ont des caractéristiques communes avec sa mère biologique (âge / ethnie) et les lui montrer, en lui indiquant bien qu'aucune n'est sa mère mais que, pour ce que l'on sait, elle pourrait être comme ça. Ce geste simple aide l'enfant à comprendre que nous venons tous du ventre d'une maman et offre un espace de dialogue qui dirige l'enfant pour continuer l'esquisse de ses origines, de son identité. C'est à ce moment qu'apparaîtront de nouvelles questions, comme le motif de l'abandon et l'adoption postérieure.

Lors du cycle de primaire, les enfants prennent conscience de la perte et ont besoin d'en parler. C'est le moment où ils ont besoin d'avoir une chronologie, même relative, des choses : raison de l'abandon ou de la séparation, idée de la vie en l'absence des parents adoptifs. Il est important pour les parents de poser des questions ouvertes aux enfants et de suggérer des situations hypothétiques pour que l'enfant exprime ses sentiments et que sa mémoire soit stimulée. Ce sont des souvenirs qui sont restés imprégnés dans la mémoire sensorielle. C'est l'étape où l'enfant n'a pas besoin d'aide pour initier le deuil de l'abandon / de la séparation, mais le comportement de l'enfant peut montrer ce qui se passe à l'intérieur : il peut changer à l'école et en famille et rendre la vie impossible à ses parents. C'est tout à fait normal : l'enfant ne sait pas gérer ce carrousel d'émotions et a besoin d'aide pour comprendre pourquoi il ressent cela. Il faut aider l'enfant à comprendre qu'il a souffert d'un abandon, en reconnaissant que c'est une grande injustice et sans essayer de le minimiser pour soulager la douleur. Profitez des colères de votre enfant pour analyser ensemble son comportement.

Autour du CP, il est possible que l'enfant laisse en hibernation tout ce qui a trait à l'adoption. Il n'a pas besoin de plus d'informations, soit par peur d'apprendre des choses terribles, soit

parce que ses sentiments font qu'il ne veut pas en savoir plus. L'enfant peut aussi connaître un conflit de loyauté entre ses parents adoptifs et biologiques ("je sens que je fais du mal à mes parents adoptifs mais je veux savoir qui sont mes "vrais" parents, même si j'entends beaucoup de choses contre..."). Même si l'enfant n'en parle pas, il faut savoir l'écouter et respecter son rythme de construction identitaire.

Au moment de l'adolescence, tous ces doutes fusent d'un seul coup et surgissent sous la forme de questions comme :

- D'où est-ce que je viens ? Qui m'a donné naissance et pourquoi ai-je été abandonné ?
- Pour quelle raison suis-je venu au monde ?
- Qui est ma mère biologique ?

Elles sont essentielles et l'amènent à se questionner sur lui-même pour essayer de mieux se connaître et de se construire petit à petit, et ce même si les réponses peuvent être blessantes. L'adolescent adopté va surtout se poser des questions sur le désir qui entourait sa naissance et imaginer ses parents biologiques, se sentir membre d'un arbre généalogique parce qu'il a ce sang qui coule dans ses veines. Tout est analysé : "j'aime danser parce que ma mère devait aussi aimer ça", "puisque je viens de tel pays, je devrais agir comme ça... (stéréotypes de conduites assimilés à certains pays)", "je me rebelle car c'est ce que je suis".

Ces questionnements à propos de ses parents et de leur identité vont souvent l'amener à vouloir en savoir plus sur ses géniteurs, et notamment sa mère : c'est le moment où il voudra partir à sa recherche et récolter des témoignages de personnes qui l'ont connue.

Une question plus complexe que peuvent se poser les adolescents est : "est-ce que ma mère a pensé à moi et aux conséquences qu'allaient avoir cet abandon quand elle m'a mise au monde?". Il est normal de se la poser, mais c'est une question qui n'aura probablement pas de réponses, ou en tout cas pas de réponse qui satisfera l'adolescent. Or, tourner autour de cette question et la voir comme une quête peut entraîner des déceptions, voire faire ressurgir des traumatismes.

Et toutes ces recherches, toutes ces questions se réduisent à une seule question essentielle :

Qui suis-je ?

C'est une question à laquelle les parents ne peuvent pas répondre, même s'ils aimeraient le faire pour alléger le fardeau de leur enfant. C'est tout le processus évoqué ci-dessus qui va permettre le développement de l'identité de la personne, adoptée ou non. Ceux qui sont adoptés ont plus de difficultés pour l'élaborer car, à certains moments de leur vie, ils doivent faire face à des questions et approches spécifiques, auxquelles tout le monde n'a pas à faire face. C'est dans ces moments qu'ils ont besoin de compréhension et d'accompagnement de la part des parents.

Si une personne adoptée arrive à l'âge adulte avec cette question "qui suis-je?", c'est que ce cheminement antérieur n'a pas été bien intégré (soit parce que sa famille ne l'a pas permis, soit parce qu'elle n'a pas pu avoir les outils et le suivi professionnel pour le faire).

La recherche des origines n'apprend pas qui l'on est, mais offre des informations complémentaires à l'adulte que vous êtes aujourd'hui.

Beaucoup de parents ont peur de ne pas pouvoir répondre aux questions de leur enfant (type : "à qui je ressemble?" "quel est mon jour de naissance", "pourquoi j'ai été abandonné?") et attendent que leur enfant soit plus mature pour en parler et contacter la famille biologique, sans prendre contact avec un professionnel avant. Or, de même qu'il existe des critères pour adopter un enfant (entretiens, formations), il en va de même pour la rencontre entre un enfant adopté et sa famille. Le passage par différentes étapes de construction identitaire est nécessaire, ainsi que l'élaboration du deuil pour que la rencontre avec la famille soit bénéfique et ne fasse pas de mal.

À ce titre, un professionnel spécialisé dans l'adoption peut évaluer l'état de l'enfant et la situation émotionnelle de la famille biologique, préparant les deux parties à cette rencontre. À noter que l'enfant adopté n'est pas obligé de rencontrer sa famille biologique, c'est quelque chose qui fait partie de son processus personnel.

Les informations publiées sur Psychologue.net ne se substituent en aucun cas à la relation entre le patient et son psychologue. Psychologue.net ne fait l'apologie d'aucun traitement spécifique, produit commercial ou service.