

## CES ENFANTS QUI DORMENT AVEC LEURS PARENTS

Votre enfant se réveille plusieurs fois par nuit depuis des mois. Épuisés par ces réveils qui rejaillissent sur votre travail et votre humeur, vous avez fini par l'accepter dans le lit parental. Du coup, il vous rejoint chaque soir, mettant à mal, cette fois-ci, votre vie de couple.

Anne Lanchon

Le cosleeping, à la mode aux États-Unis, peut favoriser « l'accordage » entre une mère et son bébé, lorsqu'un problème de santé ou de prématurité les a séparés trop longtemps. Sous réserve d'éliminer tout risque d'étouffement et de limiter l'expérience à quelques mois. « Le lit conjugal matérialise le tabou de l'inceste, expose Lyliane Nemet-Pier, et devrait rester le lieu de l'intimité parentale. **L'enfant qui dort avec ses parents n'est pas à sa place et joue, inconsciemment, le rôle d'un partenaire potentiel.** Même sans passage à l'acte, il est emprisonné dans une relation incestuelle. Cette confusion des identités peut avoir des effets délétères sur son développement et sa sexualité future. C'est l'interdit de l'inceste qui incite l'enfant à se tourner vers d'autres objets d'amour et à grandir. »

Il arrive qu'un enfant partage le lit parental parce qu'il y est invité : son père est en déplacement et lui a "confié" sa mère qui n'aime pas dormir seule. D'autres fois, au sein de couples qui se délitent, l'enfant peut servir d'alibi pour refuser des relations sexuelles. Plus fréquent : le parent, récemment séparé, dispose d'un minuscule appartement. Certains trouvent cette pratique naturelle, signe d'une famille unie. « Mais l'enfant n'est pas un conjoint de remplacement ! prévient Lyliane Nemet-Pier. D'autant que cette proximité lui procure des sensations érogènes, sources de culpabilité pour lui. La sexualité infantile se découvre seul, par des caresses, et pas au contact d'un adulte. Si le parent vit dans un studio, il peut installer un matelas par terre pour son enfant et lui aménager un coin personnel. »

Il convient d'expliquer fermement à l'enfant que sa place est dans son lit, où il pourra avoir ses rêves « à lui », mais aussi de s'interroger sur la cause de ses insomnies. « Ces réveils expriment quelque chose, souligne Lyliane Nemet-Pier : qu'il est jaloux de son petit frère, qu'il ne voit pas assez ses parents... »

**Pour l'apaiser, il suffit souvent de lui consacrer plus de temps**, de lui raconter une histoire le soir, de le réveiller en douceur le matin. Il doit aussi apprendre à surmonter les séparations diurnes pour mieux affronter les nocturnes : en jouant seul dans sa chambre, par exemple. La chambre parentale, elle, doit garder son mystère... avec une exception, peut-être, pour les câlins du dimanche matin.