

LA TRISTESSE CHEZ L'ENFANT

La tristesse fait partie de l'enfance.

Connaitre une telle émotion permet plus facilement d'exprimer des problèmes d'ordre émotionnel aux membres de la famille ; cependant, chez certaines familles, la tristesse n'est « pas admise » ou (consciemment ou inconsciemment) refoulée. Robin Skynner suppose que cela peut poser des difficultés lorsque cette « émotion compensatoire » nous est « proscrite » lorsque nous en avons « besoin »... ne pas exprimer la tristesse nous rend un peu maniaques.

La tristesse est un processus normal chez l'enfant lorsqu'il est séparé de sa mère dans le but de devenir plus indépendant. Chaque fois qu'un enfant se sépare de plus en plus de sa mère, celui-ci devra, de temps à autre, faire face à un sentiment temporaire de perte. Skynner suppose que lorsque la mère ne peut supporter et qu'elle « revient vers son enfant pour le réconforter de sa présence » alors l'enfant n'obtient aucune chance d'apprendre à faire indépendamment face à ce sentiment de détresse. Le médecin T. Berry Brazelton explique que « brusquer, ou se moquer de la tristesse de son enfant, dévalue la mère. » ; Selma Fraiberg, elle, suppose qu'il est important de respecter le droit d'un enfant d'apprendre à faire face à un sentiment de tristesse Margaret Mahler croit que la tristesse requiert une « certaine résistance morale » pour qu'elle soit apprise, et qu'un enfant sur-protégé puisse développer de l'« hyperactivité et de l'agitation... du fait qu'il ne peut ressentir le besoin de douleur. »

De cette manière, **D. W. Winnicott** suppose que « lorsque l'enfant montre qu'il peut pleurer de tristesse, le parent peut en déduire qu'il a parcouru un long chemin dans le développement de ses sentiments... »