

CES ENFANTS QUI ONT UN AMI IMAGINAIRE

Dans la nouvelle série française «Double Je», une capitaine de police est accompagnée de son copain virtuel inventé à l'âge de 6 ans. Bizarre? L'ami imaginaire est un phénomène impressionnant mais fréquent chez nos bambins. Dès lors, pourquoi se fabriquer un compagnon de jeu récurrent?

«L'ami imaginaire ne doit pas non plus se montrer excessivement envahissant et être préféré aux autres, sinon il amènera à s'isoler encore davantage. Il doit d'abord être un soutien bienveillant lors de phases difficiles» note Edouard Gentaz, professeur en psychologie du développement sensorimoteur, affectif et social à l'Université de Genève.

Il y a au moins sept milliards de personnes sur le globe. Au moins, car une partie de la population échappe totalement aux radars: les amis imaginaires des enfants. Ils ont parfois un nom, une apparence, un tempérament, ils savent en tout cas papoter et être de formidables compagnons de jeu, sans qu'un seul adulte ait la capacité de les voir.

Un phénomène évidemment spectaculaire et fascinant pour les grands, qui depuis des années ont truffé films, livres et autres séries de personnages inventés par les tout-petits. Le garçon de «Shining», le roman de Stephen King adapté au cinéma par Stanley Kubrick dans les années 70, discute ainsi avec un alter ego bien mystérieux entre deux chevauchées de tricycle en solitaire. Récemment, les studios Pixar ont, dans un registre plus amusant, façonné Bing Bong, un personnage à l'allure de Dumbo punk, ami imaginaire de l'ado mélancolique dans leur dessin animé «Vice Versa».

Partout autour du globe

Télégénique, presque magique, surnaturel, le copain virtuel de nos enfants, et pourtant son occurrence est loin d'être extraordinaire, constate Edouard Gentaz, professeur en psychologie du développement sensorimoteur, affectif et social à l'Université de Genève: «Les études les plus récentes sur le sujet montrent qu'environ deux tiers des enfants ont, à un moment, un ami imaginaire. Pour beaucoup de parents, découvrir que leur progéniture fréquente une entité qui n'existe pas est plutôt préoccupant, mais il faut se dire qu'il s'agit d'un fait plus courant qu'on le croit, bien connu des psychologues.»

Une étude japonaise publiée dans la revue Plos One, en 2012, révèle que le phénomène ne se cantonne pas aux foyers occidentaux, les petits Népalais, Kenyans ou Japonais en ayant eu aussi. Lorsque Cynthia et Karim, jeunes trentenaires de la région lémanique, ont réalisé que leur petit Enzo, 5 cinq ans, jouait régulièrement avec un partenaire né dans son imagination, leur première réaction a effectivement été de s'inquiéter. «On s'est posé pas mal de questions sur la santé mentale de notre enfant, car il semblait vraiment prendre cet ami très au sérieux, comme s'il le voyait vraiment juste en face de lui. Il conversait avec lui, ça semblait tellement réel. Et puis on a commencé à se demander s'il n'était pas entré en communication avec un fantôme!»

Peu de vrais amis

Mais non, ni spectre hantant la maison, ni hallucination pathologique, le compagnon inventé est juste un pur produit de la puissante machine à imaginer des bambins. «L'ami imaginaire survient généralement vers l'âge de 3 ou 4 ans, lorsque la pensée symbolique de l'enfant devient fonctionnelle, informe Edouard Gentaz. Le processus du «si, alors», permet au petit d'échafauder des choses totalement surréalistes, un peu comme un jeu vidéo personnel.»

Mon copain Sodinopikam

A la fois meilleur pote et coach de vie, il est donc tout le contraire d'une fréquentation problématique. «C'est une sorte d'objet transitionnel, qui rassure, aide l'enfant à gérer et réguler ses émotions, et qui est souvent du même sexe que lui», explique Laurent Holzer. Véritable partenaire de vie, il se voit ainsi souvent affublé d'un sobriquet, si possible très alambiqué.

«A 38 ans, je n'en ai plus un souvenir très précis, mais selon mes parents, j'avais un ami imaginaire nommé Sodinopikam lorsque j'étais petit, raconte Jules. Je passais beaucoup de temps à parler avec lui, on allait se cacher dans des coins tranquilles pour refaire le monde. Ma mère se demande encore où j'ai pu aller chercher un nom pareil...»

Une bizarrerie qui a toutefois bien du sens pour l'enfant, selon les psychologues. «Donner un nom farfelu est une manière de personnaliser son ami imaginaire et de le rendre unique, note Edouard Gentaz. Cela permet également de renforcer l'aspect exclusif de la relation qu'on entretient avec lui.» D'ailleurs, c'est parfois quand le tandem se montre un peu trop fusionnel que les parents doivent devenir vigilants, précise le professeur de l'UNIGE:

«L'ami imaginaire ne doit pas non plus se montrer excessivement envahissant et être préféré aux autres, sinon il amènera à s'isoler encore davantage. Il doit d'abord être un soutien bienveillant lors de phases difficiles».

Parfois aussi chez les adultes

Dans certains cas, le compagnon inventé peut même devenir autoritaire, possessif, voire pousser l'enfant à se faire du mal. «Identifier la limite claire entre un comportement normal et quelque chose de plus pathologique, qui nécessite un suivi, reste assez difficile avec les amis imaginaires, admet Laurent Holzer. Bien sûr, la persistance de cet ami particulier à l'âge adulte est encore plus à questionner, car elle peut être le symptôme de relations affectives très pauvres. Ce cas demeure quand même rare.»

En effet, la plupart du temps, le copain virtuel disparaît un peu comme il est venu, tendant à s'effacer dès l'âge de 7 ou 8 ans, observe Edouard Gentaz. «Ça correspond à l'arrivée dans les grandes écoles. L'enfant entre alors dans un monde très différent, avec des processus cognitifs nouveaux qui favorisent davantage le raisonnement. Bref, il faut que les parents se rassurent, l'ami imaginaire est un grand classique de ces jeunes années.»