

Johanne Lemieux

LA NORMALITÉ ADOPTIVE

Les clés pour accompagner
l'enfant adopté

PRÉFACE DU DOCTEUR
JEAN-FRANÇOIS CHICOINE

Adopteparentalité

Québec Amérique

Extrait de la publication



Johanne Lemieux

LA NORMALITÉ ADOPTIVE

Les clés pour accompagner
l'enfant adopté

PRÉFACE DU DOCTEUR
JEAN-FRANÇOIS CHICOINE

Adopteparentalité

Québec Amérique

Extrait de la publication

**Catalogage avant publication de Bibliothèque et Archives nationales
du Québec et Bibliothèque et Archives Canada**

Lemieux, Johanne

Adopte parentalité

(Dossiers et documents)

L'ouvrage complet comprendra 4 v.

Comprend un index.

Sommaire: 1. La normalité adoptive : les clés pour accompagner l'enfant adopté.

ISBN 978-2-7644-2237-3 (v. 1/ version imprimée)

ISBN 978-2-7644-2472-8 (v. 1/ PDF)

ISBN 978-2-7644-2473-5 (v. 1/ ePub)

1. Enfants adoptés - Psychologie. 2. Adoption. 3. Parents et enfants. 4. Condition de parents. I. Titre. II. Titre: La normalité adoptive.

III. Collection: Dossiers et documents (Éditions Québec Amérique).

HV875.L45 2013

155.44'5

C2012-942837-X

SODEC
Québec 

Nous reconnaissons l'aide financière du gouvernement du Canada par l'entremise du Fonds du livre du Canada pour nos activités d'édition.

Les Éditions Québec Amérique inc. tiennent également à remercier l'organisme suivant pour son appui financier : Gouvernement du Québec – Programme de crédits d'impôts pour l'édition de livres – Gestion SODEC.

Québec Amérique

329, rue de la Commune Ouest, 3^e étage

Montréal (Québec) Canada H2Y 2E1

Téléphone : 514 499-3000, télécopieur : 514 499-3010

Dépôt légal : 1^{er} trimestre 2013

Bibliothèque nationale du Québec

Bibliothèque nationale du Canada

Projet dirigé par Érika Fixot

Mise en pages : François Hénault

Révision linguistique : Annie Pronovost et Chantale Landry

Direction artistique : Célia Provencher-Galarneau

Illustrations : Anouk Noël

Tous droits de traduction, de reproduction et d'adaptation réservés

© 2013 Éditions Québec Amérique inc.

www.quebec-amerique.com

Imprimé au Canada

*À ma mère, dont le respect et l'amour des enfants
ont motivé chaque mot de ce livre.*

TABLE DES MATIÈRES

REMERCIEMENTS	11
PRÉFACE	15
AVANT-PROPOS	19
INTRODUCTION	35
À qui s'adresse ce livre?	37
La normalité adoptive en quelques mots et en quelques chiffres	40
Connaître la normalité adoptive avant de s'attarder aux pathologies les plus fréquentes en adoption	41
La collection « Adopteparentalité » : l'art de devenir parent par adoption	42
Comment consulter ce livre?	44
PREMIÈRE PARTIE : NORMALITÉ ADOPTIVE ET ADOPTEPARENTALITÉ	49
CHAPITRE 1 : LA NORMALITÉ ADOPTIVE EN 12 QUESTIONS ET RÉPONSES	51
Allégorie : Une clé pour la maison	51
QUESTION 1 : La normalité adoptive est-elle une notion récente?	52
QUESTION 2 : Tous les enfants du monde sont uniques. En quoi les enfants adoptés sont-ils plus uniques?	53
QUESTION 3 : Quelle est l'origine des caractéristiques de cette normalité adoptive?	55
QUESTION 4 : Est-ce que tous les enfants adoptés présentent les caractéristiques de la normalité adoptive?	56
QUESTION 5 : Est-ce que ces caractéristiques se retrouvent uniquement chez les enfants adoptés?	56
QUESTION 6 : Ces caractéristiques sont-elles toujours intenses, graves et permanentes?	57
QUESTION 7 : Y a-t-il un réel avantage à mieux connaître la normalité adoptive?	57
QUESTION 8 : La gravité et la permanence des problèmes de la normalité adoptive dépendent-elles surtout de l'âge de l'enfant au moment de l'adoption?	58
QUESTION 9 : Si les enfants adoptés correspondent à une normalité adoptive, est-ce que cela donne des tâches supplémentaires aux parents adoptants ou demande une autre façon de les élever?	59

QUESTION 10 : Que répondre à ceux qui disent qu'un enfant est un enfant, et que les enfants biologiques aussi peuvent avoir des problèmes particuliers?	61
QUESTION 11 : La normalité adoptive est-elle une fatalité sur laquelle ni les parents ni les enfants n'ont de prise?	61
QUESTION 12 : Peut-il y avoir un effet pervers à parler de la normalité adoptive? Cela ne risque-t-il pas de conditionner négativement les parents adoptifs, ou de stigmatiser davantage les enfants? Peut-elle devenir une excuse invoquée par les parents et les enfants eux-mêmes pour ne pas s'améliorer, pour éviter leurs propres responsabilités ou se présenter comme des victimes impuissantes à changer quoi que ce soit?	62
CHAPITRE 2 : L'ADOPTEPARENTALITÉ : DÉMYSTIFIER LES MYTHES POUR DEVENIR TUTEUR DE LA RÉSILIENCE DE L'ENFANT	67
PREMIER MYTHE : Un bon parent adoptant n'a besoin d'aucune préparation, qualité spéciale ou connaissance particulière	68
DEUXIÈME MYTHE : Tout ce dont un enfant abandonné a besoin, c'est de l'amour, car l'amour arrange tout!	73
TROISIÈME MYTHE : Si c'est le destin, l'attachement mutuel sera automatique	75
QUATRIÈME MYTHE : Un enfant adopté est un enfant exactement comme les autres	79
CINQUIÈME MYTHE : Avec de la volonté, on peut tout réparer, tout effacer du vécu préadoption	81
SIXIÈME MYTHE : L'avantage de l'adoption, c'est que les deux parents sont égaux	83
SEPTIÈME MYTHE : C'est la faute des parents si un enfant adopté ne va pas bien	87
HUITIÈME MYTHE : Les parents adoptants sont des gens très généreux et charitables	91
NEUVIÈME MYTHE : Adopter après 40 ans, c'est idéal : on est plus sage et surtout ça garde jeune	92
DIXIÈME MYTHE : Un parent adoptant déçu est un mauvais parent qui n'aurait jamais dû adopter	95
ONZIÈME MYTHE : Un enfant ne peut pas se souvenir d'un événement grave avant deux ou trois ans	96
DOUZIÈME MYTHE : On peut aimer un enfant par adoption, mais jamais autant qu'un enfant biologique	98
DEUXIÈME PARTIE : LES 12 CARACTÉRISTIQUES DE LA NORMALITÉ ADOPTIVE	101
CHAPITRE 3 : UN INCROYABLE SURVIVANT	103
Conte : L'Océanfanse	104
SAVOIR 1 : Survivre à de multiples épreuves	107
SAVOIR 2 : La maltraitance? Pas toujours ce que l'on croit!	108
SAVOIR 3 : Survivre à la maltraitance passive et à la maltraitance active	109
SAVOIR 4 : Bien comprendre la résilience	111
SAVOIR 5 : Les quatre conditions de la résilience : des ressources intérieures et extérieures	112
SAVOIR 6 : La reproduction des anciennes stratégies de survie	115
CHAPITRE 4 : UN ENTRETIEN SOPHISTIQUE	127
Allégorie : Un jardin de printemps, d'été, d'automne ou d'hiver?	128
SAVOIR 1 : Les enfants sont comme des plantes : à entretien variable!	129
SAVOIR 2 : Mieux connaître les entretiens spécifiques de sa petite plante	131

SAVOIR 3 : Quatre saisons pour quatre niveaux d'entretien	132
SAVOIR 4 : Un cerveau demandant des soins sophistiqués	137
CHAPITRE 5 : PEUR DU REJET, DE L'ABANDON ET PEUR DE DÉCEVOIR	155
Allégorie : Les ponts	156
SAVOIR 1 : La blessure de déception : une <i>abandonnité aiguë</i>	160
SAVOIR 2 : Le post-trauma des bébés : des souvenirs émotionnels sans souvenirs conscients	163
SAVOIR 3 : Une amygdale hyperactive à apaiser et à reprogrammer	166
SAVOIR 4 : Mieux comprendre les <i>deuils</i> difficiles	168
SAVOIR 5 : Déception et attachement	174
SAVOIR 6 : L'espoir des nouvelles mémoires	175
CHAPITRE 6 : DES ÉMOTIONS EN MONTAGNES RUSSES	199
Allégorie : Un orgue dans la tête	200
SAVOIR 1 : Des émotions déroutantes pour les parents	201
SAVOIR 2 : Les émotions de protection de la vie et les émotions d'amélioration de la vie	202
SAVOIR 3 : La fonction de contenant physique et affectif nécessaire au sain contrôle des émotions	205
SAVOIR 4 : Comment bien répondre aux émotions de détresse de l'enfant?	207
SAVOIR 5 : Conséquences d'une mauvaise programmation des émotions	208
CHAPITRE 7 : UN ATTACHEMENT DIFFICILE	221
Allégorie : Des rubans de vie à rattacher	224
SAVOIR 1 : Qu'est-ce que le lien d'attachement?	228
SAVOIR 2 : Le lien d'attachement se tisse dans la réponse à la détresse	229
SAVOIR 3 : Un facteur de protection : apprendre le langage des comportements d'attachement insécurisé	232
SAVOIR 4 : L'adopté adulte : la peur de l'intimité	241
CHAPITRE 8 : UNE INSÉCURITÉ AFFECTIVE	263
Conte : Le dragon dans la forêt	264
SAVOIR 1 : Le bagage génétique	266
SAVOIR 2 : La sécurité affective et le taux de sérotonine	267
SAVOIR 3 : La chimie entre la génétique et l'environnement	269
SAVOIR 4 : Papa, as-tu mis de l'essence dans la voiture?	272
SAVOIR 5 : Méthodes éducatives : facteurs de risques ou facteurs de protection de l'insécurité affective?	273
CHAPITRE 9 : UNE MAUVAISE GESTION DU STRESS	285
Allégorie: Une musique de film : Les dents de la mer ou Le Canon de Pachelbel	286
SAVOIR 1 : Le cortisol, une hormone de stress à la fois ennemie et amie	288
SAVOIR 2 : La colère, l'arme du stress pour se protéger contre les monstres imaginaires	289
SAVOIR 3 : Mieux comprendre les enjeux du stress pour devenir des parents rassurants	293
SAVOIR 4 : Le processus d'adoption : une aventure particulièrement stressante pour l'enfant et pour le parent	295

SAVOIR 5 : Les réactions de stress : les pires ennemies de l'attachement	297
SAVOIR 6 : Connaître nos propres déclencheurs de stress	298
CHAPITRE 10 : UN DÉVELOPPEMENT DIFFÉRENT	309
Allégorie : Les mélèzes	310
SAVOIR 1 : Une courbe de développement différente	311
SAVOIR 2 : Une récupération formidable, mais imparfaite	312
SAVOIR 3 : Préciser l'âge développemental pour respecter le rythme de l'enfant	316
SAVOIR 4 : Ajuster le classement scolaire avec l'âge développemental	319
SAVOIR 5 : Attention au piège qui pousse à rattraper le temps perdu	320
SAVOIR 6 : Faut-il vraiment « réparer » l'enfant ?	321
SAVOIR 7 : L'âge des parents : une pression pour l'enfant ?	322
SAVOIR 8 : Le cocktail délicat de l'immaturité affective et de l'adolescence	323
CHAPITRE 11 : UNE SCOLARITÉ COMPLEXE	335
Tranche de vie : Katia et la coiffeuse	338
SAVOIR 1 : Les conséquences d'un manque de nourriture physiologique, sensorielle, affective, cognitive et sociale en préadoption	339
SAVOIR 2 : Plus de difficultés et de troubles d'apprentissage chez les enfants adoptés	341
SAVOIR 3 : L'anxiété de performance : le syndrome du <i>Boeing 747</i>	344
SAVOIR 4 : Une question de lien entre maître et élève	345
SAVOIR 5 : La relation de cause à effet : la chance et la malchance	346
SAVOIR 6 : Les styles d'attachement insécurisés en classe	347
SAVOIR 7 : Immaturité affective et motivation	349
SAVOIR 8 : Racisme, intimidation et questions idiotes	351
CHAPITRE 12 : UNE ESTIME DE SOI FRAGILE	369
Allégorie : L'estime de soi de la petite tortue de mer	371
SAVOIR 1 : Une mauvaise estime de soi : l'héritage empoisonné de la honte	373
SAVOIR 2 : Aider l'enfant à développer une culpabilité saine est un des fondements de l'estime de soi	374
SAVOIR 3 : Les trois facteurs de risques d'une mauvaise estime de soi	376
SAVOIR 4 : Le faux moi adaptatif	380
CHAPITRE 13 : UN OMNI : L'OBJET MANQUANT NON IDENTIFIÉ	399
Allégorie : Assoiffé dans le Grand Canyon	401
SAVOIR 1 : Une passoire dans le cœur	402
SAVOIR 2 : Faire autrement avec l'enfant passoire	404
SAVOIR 3 : Tout pour ne pas ressentir son OMNI : des enfants accaparants	406
SAVOIR 4 : Je suis en lien, donc j'existe vraiment	408
CHAPITRE 14 : UNE IDENTITÉ COURTEPOINTE	421
Allégorie : L'instinct du petit saumon	423
SAVOIR 1 : Les <i>sens</i> du désir d'accès aux origines	424
SAVOIR 2 : Et si mon enfant n'aborde jamais le sujet de son adoption ?	426

SAVOIR 3 : Le sens du refus de parler des origines	427
SAVOIR 4 : Origines et conflit de loyauté	428
SAVOIR 5 : La révélation : évènement ou non-évènement?	429
SAVOIR 6 : Que faire de sa différence?	430
SAVOIR 7 : Retour ou non-retour dans le pays d'origine, voilà la question!	432
SAVOIR 8 : La quête des origines, et si le besoin était tout autre?	435
SAVOIR 9 : Une appartenance avant une identité? Des racines avant des ailes!	436
SAVOIR 10 : Identité, appartenance et perception sociale de l'adoption	437
SAVOIR 11 : Changement de nom et identité	440

TROISIÈME PARTIE : HORS DE LA NORMALITÉ ADOPTIVE 461

CHAPITRE 15 : COMMENT SAVOIR SI MON ENFANT EST DANS LA NORMALITÉ ADOPTIVE? ... 463

SAVOIR 1 : Une question de pourcentage	465
SAVOIR 2 : Une question de temps et d'étapes (le CAAASÉ)	465
SAVOIR 3 : Une question d'investissement parental	467
SAVOIR 4 : Une question de niveaux de besoins de l'enfant	468

CONCLUSION : EN GUISE DE CONCLUSION, VOICI UNE LETTRE DE L'ENFANT ADOPTÉ À SES PARENTS 473

La 13 ^e clé	473
------------------------------	-----

GLOSSAIRE 477

INDEX 501

TABLE DES FICHES PÉDAGOGIQUES ADOPTEPARENTALITÉ

FICHE N° 1 : Comment raconter l'Océanfance?	118
FICHE N° 2 : La flamme du survivant	121
FICHE N° 3 : Les mots pour le dire	122
FICHE N° 4 : Consolider la base	143
FICHE N° 5 : Les 4 mantras de l'entretien sophistiqué	146
FICHE N° 6 : L'entretien prioritaire	148
FICHE N° 7 : Faire simple	150
FICHE N° 8 : Fabriquer de nouvelles archives sensorielles et affectives : le jeu du hamac et le jeu du tunnel	177
FICHE N° 9 : Ce n'est jamais la faute des bébés	181
FICHE N° 10 : Comment parler de la première maman?	184
FICHE N° 11 : Le conte dont je suis le héros	186
FICHE N° 12 : Quand une erreur fait craindre d'être rejeté	188

FICHE N° 13 : L'amour inconditionnel : une figure d'attachement	190
FICHE N° 14 : Voir le moment de la séparation du point de vue de l'enfant	191
FICHE N° 15 : Ramasser et canaliser le Prana éparpillé de votre enfant	210
FICHE N° 16 : Le jeu de la prescription : le symptôme	212
FICHE N° 17 : La nourriture affective comme antidote	213
FICHE N° 18 : Mon enfant n'est pas un grizzly	215
FICHE N° 19 : La lettre aux futurs grands-parents	243
FICHE N° 20 : Les signes d'un attachement sain de 0 à 24 mois	251
FICHE N° 21 : Les signes d'un attachement sain de 3 à 6 ans	253
FICHE N° 22 : Rester un capitaine solide devant les petites tempêtes d'attachement (difficultés normales d'attachement en contexte d'adoption)	255
FICHE N° 23 : Expliquer le travail d'un parent à son enfant	276
FICHE N° 24 : Répondre autrement aux questions d'insécurité	278
FICHE N° 25 : Les acides gras oméga-3, des suppléments contre l'insécurité affective ?	280
FICHE N° 26 : La respiration 3333 (trois mille trois cent trente-trois)	299
FICHE N° 27 : Réussir le test de la colère	302
FICHE N° 28 : Comment demander une dérogation à l'envers : pour l'entrée d'un enfant à la maternelle ?	324
FICHE N° 29 : Comment rester des parents disponibles ?	326
FICHE N° 30 : S'ajuster à l'âge développemental de l'enfant adopté	327
FICHE N° 31 : L'évaluation du déficit de l'attention chez les enfants adoptés	352
FICHE N° 32 : Les cinq questions de Niels Peter Rygaard	354
FICHE N° 33 : Éviter le syndrome de Pénélope	358
FICHE N° 34 : Faire du ménage dans notre propre sac d'école	360
FICHE N° 35 : Comment mettre à la tâche un élève présentant un style d'attachement insécurisé ?	361
FICHE N° 36 : Le jeu du micro	381
FICHE N° 37 : L'art du renforcement positif	384
FICHE N° 38 : Ne jamais remettre l'enfant dans la honte	392
FICHE N° 39 : Je sais que tu existes	409
FICHE N° 40 : Je serai toujours là pour toi	410
FICHE N° 41 : Surmonter le syndrome de réparation	412
FICHE N° 42 : Colmater les trous de la passoire	413
FICHE N° 43 : Comment calmer l'OMNI ?	415
FICHE N° 44 : La boîte à racines	444
FICHE N° 45 : Prendre l'habitude de parler des parents biologiques de l'enfant	450
FICHE N° 46 : L'arbre généalogique à racines et ramures	451
FICHE N° 47 : Taekwondo des mots	453

REMERCIEMENTS

Je ne serais ni la femme, ni la maman, ni la professionnelle que je suis sans toute la richesse des échanges humains que j'ai eu la chance de vivre avec tant de personnes. Dans ce livre se cachent des milliers de petits morceaux de chacune de ces personnes. Leur apport officiel ou officieux tisse la trame de ma vie et celle de cet ouvrage.

Mille mercis à mes trois enfants, Marianne, Thomas et Maéva qui ont tant inspiré ce livre, bien avant que je sache que j'allais l'écrire. Merci surtout de votre patience pendant ces mois d'écriture où j'ai souvent dû tourner les coins ronds !

Merci à Jean, mon bien-aimé, qui partage ma vie depuis si longtemps, et qui a su tenir le fort pendant mes absences de corps et d'esprit.

Merci à mon papa de continuer à prendre soin de moi et à m'encourager à poursuivre mes passions.

Merci à Éric d'être le frère et l'oncle que tu es, avec tout ton humour et tes valeurs profondes.

Merci à mes amies qui me suivent, me défendent et m'encouragent dans tous mes projets : ma gang des fidèles Dames de cœur ; une pensée particulière à Sylvie ; une affection spéciale à Isabelle ; un attachement profond à ma belle Lili qui est comme ma sœur.

Merci à Jean-François Chicoine, mon presque jumeau des États-Unis. Nos destins étaient liés et notre complicité née avant même notre venue au monde. Merci pour ta confiance en mes capacités de mener à bien ce projet de collection, merci pour tes coups de gueule, pour nos échanges téléphoniques passionnés et passionnants, pour avoir partagé ta science avec tant de générosité, pour nos projets les plus fous et ceux qui se réalisent pour vrai, pour nos valeurs partagées de la défense des enfants et notre amitié improbable. Merci aussi à la femme de ta vie, Esther, pour m'héberger si chaleureusement lorsque je travaille à Montréal.

Merci à Rémi Baril pour être mon second cerveau gauche, celui qui travaille dans l'ombre en tant que président du *Monde est ailleurs* et qui rend possible l'actualisation de tous nos projets, même au prix de ne pas toujours être apprécié à ta juste valeur. Ce livre et la collection te doivent une fière chandelle.

Merci à Julie Leblanc, sans laquelle l'organisation pratique des choses serait en grand péril, sans qui *Le Monde est ailleurs* n'aurait pas une si jolie voix, et ce, tout en assurant le bien-être de tes quatre petits moineaux.

Merci aux Éditions Québec Amérique :

- À Caroline Fortin et Martine Podesto pour m'avoir fait confiance et s'être ajustée à une auteure assez novice en édition... Merci!
- À Érika Fixot qui, entre l'Île Maurice, Montréal et Regina a été une éditrice merveilleuse par son ouverture d'esprit, son professionnalisme, sa délicatesse et sa patience infinie. Comme quoi on peut être jeune et très sage à la fois.
- Au reste de l'équipe autour de la production : Anouk, Mylaine, Joëlle, Annie, Célia, François, Chantale, Éric, Raphaëlle.

Merci à Michelle Bernier, ma complice de la première heure au BCAQ. Ton écoute et ta sagesse me font encore du bien même si on ne se voit pas assez souvent.

Merci à Marie-Paule Mastoumecq qui a joué un rôle inestimable dans mes débuts dans le monde de l'adoption. Elle seule sait à quel point.

Merci à Fabienne Gagnon et Madeleine Granger, mes anciennes complices et colocataires de bureau, spécialement à Fabienne, toujours fidèle en amitié comme dans le travail que nous faisons avec les familles adoptives.

Merci à toute la communauté des parents adoptants bénévoles du Québec qui donnent tous les jours de leur temps. Vous êtes aussi dans ce livre : Claire-Marie Gagnon de la FPAQ, Danielle Marchand et ses acolytes de PÉTALES, Gilles Breton du site Québec-adoption, pour ne nommer que quelques-uns.

Merci aux organismes qui m'ont souvent fait confiance pour mieux préparer les parents : Enfants d'Orient, Soleil des Nations, Enfants du monde, Parents Sans Frontières, l'Association des familles Québec-Asie et quelques autres au Québec; PÉTALES, L'Envol, La Croisée des chemins, Larisa et la communauté française en Belgique; la Croix-Rouge luxembourgeoise; EFA et Médecins du monde en France; Adoptons-nous et le SSI en Suisse, et bien d'autres que je m'excuse sincèrement d'oublier.

Merci à toute la communauté des parents bénévoles dans le mouvement associatif en Europe, ceux qui rendent possible l'organisation des conférences et des formations

lors de mes tournées. Je ne peux pas les nommer tous, vous êtes des centaines, mais vous savez qui vous êtes. Merci encore. J'ai aussi appris beaucoup en vous côtoyant.

Merci à mes fidèles collègues européennes qui sont aussi de ce livre : Françoise Hallet dont les innombrables traductions aident tant de familles, Anne-Marie Crine pour sa détermination à améliorer les choses, Geneviève Gilson toujours au poste, Annie Delplanq toujours trop modeste, Cécile Delannoy toujours infatigable, Nicole Bengelli toujours prête à rire. Merci pour vos visites et vos invitations, j'ai tant appris de vous toutes.

Un merci spécial à Sophie Marinopoulos pour nos échanges parfois musclés, toujours passionnants, ainsi que nos complicités féminines de toutes sortes ! Oui, il y a un peu de *ta* psychanalyse dans ce livre !

Merci à mes proches collaborateurs québécois, ceux et celles qui me supportent et font la promotion de la normalité adoptive un peu partout sur le territoire : Les intervenants du CSSSS de l'ouest de l'Île de Montréal, Sonia Lechasseur, Diane Quevillon, Linda Mulligan, Jeanne d'Arc Roy, Claudette Guillemaine, Geneviève Tardif, Renée-Claude Duval, Lorraine Angers, Armande Beaulieu, Martin Bernard, Marilyne Benoit et bien d'autres que je ne veux pas oublier, mais que je ne peux pas tous nommer : médecins, pédiatres, psychologues, psychoéducateurs, ergothérapeutes, professeurs, travailleurs sociaux en pratique privée ou en établissement (CLSC, DPJ, Commissions scolaires, CPE) qui ont suivi les formations et qui continuent le travail de terrain auprès des familles.

Merci à Marcel Couture encore au poste malgré sa retraite et qui me tient toujours au courant des nouveautés en EMDR. Tu es une mine d'or.

Mes remerciements les plus sincères aux centaines de familles avec qui j'ai travaillé et qui m'ont enseigné le courage, l'humilité, la résilience. Mon expérience, mon expertise se sont construites grâce à vous : vous êtes dans chaque page de cet ouvrage. Merci à celles qui sont toujours en consultation, pour votre patience et votre compréhension durant l'écriture de ce livre.

Un merci vraiment très senti à tous les enfants, adolescents et adultes adoptés que j'ai eu la chance d'accompagner. Vous êtes mes plus grands professeurs.

Un dernier petit clin d'œil à ma petite chatte Java qui a su m'imposer des moments nécessaires de calme durant mes heures interminables d'écriture, en se couchant sur mon clavier !

Johanne Lemieux

Lévis, Québec
Novembre 2012.

PRÉFACE

« Ma preuve, c'est que mes yeux l'ont vue. »

C'est Fitzcarraldo qui dit ça, dans le merveilleux film éponyme de Werner Herzog. D'avoir vu le bateau franchir la montagne remplit notre visionnaire d'une sorte de plénitude qui donne raison à son jusqu'au-boutisme.

Je pourrais dire pareil, à peu d'exaltation près, face à ce livre tant attendu de la travailleuse sociale et psychothérapeute Johanne Lemieux.

« Ma preuve, c'est que mes yeux l'ont lu. »

... et, par-dessus tout, mes yeux l'ont vue, elle, la fille, la femme, la mère, l'amie, la soignante, la professionnelle et l'éducatrice d'exception derrière son livre, au service d'un travail unique mené sur des années d'expérience : l'accompagnement des enfants adoptés et leurs familles, selon les préceptes de son *Adopteparentalité*.

Battante, émouvante et inimitable Johanne Lemieux.

Pour tout dire, quand j'ai découvert ce beau grand château fort sur la couverture de son livre *La Normalité adoptive*, j'ai été soulagé. Quand, d'un chapitre à l'autre, j'ai vu le nombre de clés qu'elle avait combinées à sa façon pour aider les parents à gravir sans ambages le sommet de la parentalité adoptive, j'ai été soulagé. Enfin, quand j'ai vu scotchée sur le ciel, une famille s'épanouir avec rubans et bébé, j'ai été soulagé. Soulagé, parce que sans sa présence physique et ses réparties gorgées de bon sens, entre ses paragraphes, ses gribouillages et ses allégories finement lovées par mes amis éditeurs de *Québec Amérique*, j'avais pu pleinement reconnaître Johanne Lemieux dans l'essentiel de ses *lemieuseries*.

Lemieuserie : nom féminin qui est à l'adoption ce que la sage-femme est à la naissance. Ex. : La théorie des ponts, l'allégorie des mélèzes, l'*Océanfance*, la symbolique des rubans, les douze raisons de dire « non » et ainsi de suite.

Car quiconque a côtoyé Johanne Lemieux, ne serait-ce qu'une minute, en personne, ou en consultation, quiconque l'a entendue de loin, lors de ses cours, conférences,

ou formations, sait combien sa verve communicatrice absolument unique n'était pas facile à traduire en mots dans une approche pédagogique suffisamment solide pour qu'elle puisse exister, se faire porteuse et rassembleuse, en l'absence du souffle mobilisateur de la fulgurante personnalité de son auteure.

Et c'est réussi : mes yeux l'ont lue et vue derrière ses mots. Johanne Lemieux, ses formidables outils d'intervention clinique au quotidien existent dorénavant sur papier et en édition électronique. Et je vous l'assure — mon stéthoscope trempe dedans — *La normalité adoptive* est bien un authentique avatar de la travailleuse sociale, un patchwork fidèle de ses meilleures fables pragmatiques et de toutes ses techniques « attachementistes », si incontournables pour la mise en famille douce et apaisante des enfants et des adolescents abandonnés dans le réel ou la psyché.

D'office, malgré les meilleures intentions du monde, les meilleurs parents ne peuvent pas pleinement accueillir les blessures, fractures, retards, séquelles et traumatismes de leurs enfants nouvellement adoptés. La narration rétrospective des souffrances de l'enfant est si lourde à métaboliser qu'ils la croient absurde ou la juge trop envahissante. Il leur faut donc faire avec, modifier leurs lunettes sur la différence, tenir compte du passé pour mieux vivre l'avenir, construire sur le déconstruit, changer — oui, changer — leurs façons de faire, prioriser, réinventer, aller au-delà des narcissismes contemporains, s'appuyer sur des professionnels du *coaching* parental au moment du *penalty* et s'astreindre à un schéma d'interventions au quotidien pour permettre à l'enfant d'émerger au maximum de l'adversité. Pour leur dire comment s'y prendre, quoi faire et comment magnifier leur sens de l'altérité, pour les épauler avec compassion et efficacité, ma sorcière bien-aimée de l'adoption a toujours frappé fort. Sa recette syncrétique faite de travail social, de sciences développementales, de neurosciences, de nursing, de pédiatrie, de psychanalyse, d'applications concrètes de la théorie de l'attachement et de pédagogie lumineuse conçue à partir d'images, de métaphores ou d'objets nomades à saisir au passage a fait pâlir d'envie bien des pharisiens des processus théoriques ou trop intellectualisés de l'adoption.

Les moulins à vent, elle connaît. Son œuvre à elle, c'est la farine.

L'œuvre de mon amie Johanne est d'apparence simple, comme le bon pain, mais elle est colossale, profondément ancrée dans une connaissance et une sensibilité unique des relations humaines. Je compte sur les doigts de ma main les experts et les visionnaires qui ont pu bouleverser ma pratique clinique. Elle fait partie de ceux-là. Elle aimerait m'entendre dire qu'elle m'a contaminé. Sans Johanne, ce sont des milliers d'enfants abandonnés, puis adoptés, ainsi que leurs parents que j'aurais privés du meilleur : la possibilité de traiter eux-mêmes les traumatismes d'origine, la capacité de mieux vivre avec la blessure d'abandon et surtout de se faire tuteur de la résilience de son enfant, au-delà des structures poussives et inadaptées mises en place.

Vous aurez compris que j'aime Johanne Lemieux comme une petite sœur. Elle est de Québec, je suis de Montréal. Mais c'est socialement possible. En adoption, on prend la liberté de se réinventer une génétique. Avec Johanne, j'ai pu bâtir une part importante de mon approche clinique et académique. Au CHU Sainte-Justine d'ailleurs, l'essentiel de ce qu'on a partagé ensemble est mis en pratique par mon équipe, d'autant que la pertinence de l'approche s'applique à bien des situations familiales autres qu'adoptives. Également, avec Johanne, Rémi Baril et Julie Leblanc, avec *Le Monde est ailleurs*, nous avons parcouru, et parcourons encore, des centaines d'écoles de parents, d'universités et de ministères pour dire, enseigner et convaincre — je l'espère — du bien-fondé de notre manière de faire avec les enfants à options, ce que d'aucuns réfèrent maintenant comme étant « l'approche québécoise ».

Un petit velours.

Dans ce premier livre d'une série à venir qui profitera à tous les parents adoptants du monde et à ceux qui les accompagnent avant, pendant et après l'adoption, je retrouve donc ma Johanne, en forme et en résonance affective, et je vous la prête un peu. Mais pour une seule raison, forte, essentielle. Parce que sa science, son humanisme et son talent peuvent décidément changer la vie de votre enfant, et la vôtre, toutes les nôtres. De cela, je suis certain.

Vous voulez une preuve ?

Elle a perdu sa mère, j'ai perdu la mienne. Et la majorité de nos petits patients n'ont jamais connu la leur. Entre nos souvenirs et leur mémoire, dans l'adversité, nous résistons tout de même pour que notre vie et la leur ne manquent jamais de sens. Notre preuve, donc, c'est notre chemin interdisciplinaire unique, entre nos patients, nos familles, les enfants, les moments forts, les moments durs, les moments qu'on choisit, ceux où on n'a pas le choix.

Notre preuve, c'est la durabilité, le sourire ravivé de ses parents et la résilience d'un « coco » ou d'une « cocotte ». Des amours de volaille, c'est ainsi que Johanne appelle les petits à mettre en famille, qu'on puisse prendre le temps de les élever avant de les éduquer.

Notre preuve, c'est la résistance.

« La normalité adoptive », un acte de résistance.

Jean-Francois Chicoine, pédiatre

Professeur adjoint de clinique à l'Université de Montréal

Directeur de la clinique d'Adoption et de santé internationale au CHU Sainte-Justine

Directeur scientifique à Le Monde est ailleurs

www.lemondeestailleurs.com

Routine, 60, 82, 142, 146, 147, 151, 177, 251, 252, 264, 326

Ruban, 225, 226, 227, 362, 416

Ruskai Melina, Lois, 99

Rygaard, Niels Peter, 354, 355, 357, 367

S

Santé, 25, 26, 27, 29, 31, 40, 41, 44, 53, 55, 56, 59, 60, 67, 81, 82, 83, 88, 93, 94, 96, 103, 104, 106, 107, 109, 110, 111, 113, 117, 130, 131, 132, 133, 135, 136, 148, 150, 161, 187, 209, 223, 228, 229, 231, 235, 241, 245, 246, 248, 250, 258, 266, 267, 269, 271, 272, 279, 280, 296, 299, 309, 312, 313, 315, 321, 322, 326, 341, 360, 376, 386, 429, 431, 434, 438, 440, 441, 465, 466, 467, 468, 470, 475, 481, 483, 484, 487, 488, 489, 490, 493, 495, 497

Schechter, Marshall D., 65, 196

Schoffield, Gillian, 300

Schore, Allan, 374, 397

Sécurité, 52, 74, 80, 94, 106, 115, 117, 119, 123, 142, 147, 179, 180, 185, 190, 202, 203, 223, 226, 228, 236, 237, 247, 248, 257, 266, 267, 272, 273, 274, 275, 276, 279, 287, 290, 291, 293, 302, 303, 315, 317, 345, 346, 363, 381, 390, 394, 401, 407, 412, 428, 445, 450, 480, 482, 484, 487, 490, 492, 493, 495, 496, 497, 500

Séduction, 31, 253, 348, 379, 431

Sellenet, Catherine, 397, 419, 458

Sensation, 75, 193, 206, 207, 208, 477, 478, 483, 490, 491, 498

Séparation, 109, 156, 160, 161, 162, 164, 165, 168, 186, 191, 194, 207, 236, 311, 341, 343, 345, 377, 406, 443, 458, 487, 495

Sérotonine, 113, 267, 268, 269, 270, 275, 276, 280, 281, 282, 488, 494, 496

Servan-Schreiber, David, 281

Shapiro, Francine, 39, 176

Siegel, Daniel, 147, 196, 211, 278, 355, 367

Signaux de détresse, 60, 140, 174, 179, 209, 217, 230, 231, 232, 233, 258, 395, 404, 407, 482

Solo, 116, 237, 238, 347, 348, 361, 379, 406, 496, 497,

Souvenir, 28, 96, 156, 163, 164, 166, 167, 168, 170, 173, 175, 176, 177, 178, 179, 180, 190, 193, 194, 196, 227, 275, 292, 296, 371, 388, 405, 414, 428, 443, 445, 446, 449, 483, 485, 488, 490, 491, 492, 498

Spitz, René A., 165, 340

Stevens, Yves, 300

Stress, 29, 38, 57, 59, 60, 62, 85, 108, 109, 113, 133, 134, 142, 146, 148, 164, 167, 168, 175, 176, 200, 203, 206, 216, 239, 240, 241, 267, 270, 271, 272, 280, 281, 282, 285, 286, 288, 289, 290, 291, 292, 293, 294, 295, 296, 297, 298, 299, 300, 301, 302, 303, 304, 305, 307, 326, 328, 337, 340, 341, 347, 348, 360, 478, 483, 486, 488, 489, 492, 494, 496, 497, 498

Suicide, 313, 447

Sumo, 116, 237, 239, 240, 241, 347, 348, 349, 361, 363, 379, 406, 497

Survivant, 23, 43, 63, 103, 108, 111, 112, 113, 121, 123, 134, 136, 175, 244, 246, 275, 302, 303, 304, 376, 379, 425

Syndrome, 63, 136, 343, 344, 353, 354, 358, 381, 412, 425, 435, 437, 470

Syndrome post-traumatique, 165, 497

Système limbique, 167, 172, 288

Système nerveux, 142, 201, 205, 267, 292, 293, 299, 300, 496

T

Terreurs nocturnes, 482, 496, 498

Thérapie, 39, 121, 122, 134, 176, 182, 188, 213, 227, 344, 346, 369, 375, 381, 384, 391, 406, 416, 451, 464, 494, 498

Tissage du lien, 229, 429, 479

Transition, 30, 60, 94, 133, 264, 323, 363, 378, 410, 443

Tuteur de résilience, *Voir résilience, tuteur de*

Traumatisme précoce, 42

V

Vallée, Catherine, 460

Vallée, Françoise, 397

Van IJzendoorn, Marinus H., 332

Velcro, 116, 235, 236, 240, 347, 348, 361, 362, 379, 406, 497, 500

Verrier Newton, Nancy, 52, 65, 99, 156, 196, 381, 419

W

Winnicott, Donald, 153

Johanne Lemieux

LA NORMALITÉ ADOPTIVE

Les clés pour accompagner
l'enfant adopté

Vous songez à adopter, vous êtes sur le point d'accueillir un enfant par adoption ou vous êtes déjà parent adoptant ?

Ce livre vous apportera des réponses et surtout des solutions concrètes pour exercer ce rôle de parent, à la fois semblable et différent de la parentalité biologique.

Fondée sur des connaissances scientifiques solides, une longue expérience professionnelle et sur le vécu de milliers de familles adoptives, l'auteure vous offre l'essentiel de son approche éducative et psychosociale : l'adopteparentalité.

L'Adopteparentalité est désormais une collection où l'enfant adopté est au cœur des préoccupations et le parent au cœur des solutions. Dans ce premier ouvrage, vous recevrez les 12 clés essentielles pour vous aider, vous et l'enfant, à connaître, à comprendre et à célébrer sa normalité adoptive.

© Magenta Studio Photo (Place Laurier)



Depuis plus de 15 ans, le nom de Johanne Lemieux, travailleuse sociale, psychothérapeute au Bureau de consultation en adoption de Québec (BCAQ) et maman par adoption de trois enfants, est intimement lié au monde de l'adoption et de l'attachement. Sa réputation n'est plus à faire, tant au Québec qu'en Europe francophone.

Auteure, formatrice et conférencière auprès de la société *Le Monde est ailleurs*, elle est tout aussi appréciée pour ses qualités de communicatrice dynamique et créative, que pour le sérieux et l'utilité de ses outils d'intervention et de sa pratique professionnelle.

Ses méthodes thérapeutiques sont aujourd'hui appliquées par des centaines de professionnels dans les centres locaux de services communautaires (CLSC), centres de la protection de la jeunesse (CPJ), commissions scolaires, centres de la petite enfance (CPE) et organismes communautaires du Québec, de même que dans plusieurs ministères et cliniques privées de l'Europe francophone.

www.quebec-amerique.com
www.quebec-amerique.com/johannelemieux/
www.lemondeestailleurs.com



Extrait de la publication