

FAUT-IL S'INQUIÉTER DES AMIS IMAGINAIRES DES ENFANTS ?

Aletha Solter nous rassure dans son livre "bien comprendre les besoins de votre enfant", la présence d'un ami imaginaire est un signe de bonne santé mentale.

Les amis imaginaires sont d'ailleurs très répandus chez les enfants. Une étude révèle que 65% des 3/4 ans en possède un.

Ces compagnons invisibles, qui peuvent prendre la forme d'animaux, de personnages ou d'un savant mélange de plusieurs inspirations (comme Bing Bong du film Vice Versa), apparaissent vers l'âge de 2 ou 3 ans et peuvent s'installer pour quelques années.

L'effet de ces amis imaginaires est positif : il s'avère que les enfants qui en ont un sont plus sociaux, moins agressifs, plus optimistes et ont des compétences linguistiques plus élevées.

Cet ami imaginaire est une aide mentale que l'enfant se crée pour, par exemple, surmonter ses craintes, comprendre le monde extérieur et gagner en confiance en lui.

Il est donc essentiel de respecter ce fruit de l'imagination de nos enfants et d'en découvrir les subtilités en engageant un dialogue le plus naturellement possible, même si cela peut demander un certain temps d'adaptation !

En effet, à l'image des jeux de rôle, il est intéressant de s'appuyer sur lui pour verbaliser les émotions et les besoins, inviter l'enfant à narrer des événements qu'il a vécus selon ce point de vue extérieur (et pour lesquels l'affect sera moindre), poser des mots sur les inquiétudes, les doutes ou les sources de stress.

Finalement, c'est un ami pour toute la famille qui mérite bien une place à table !

Source : "Bien comprendre les besoins de votre enfant" d'Aletha Solter est disponible sur : fnac.com, amazon.fr, chez votre libraire