

Nos experts vous répondent

ENFANTS

Ma fille de 6 ans a un ami imaginaire. Moi, je trouve cela mignon, mais mon mari l'empêche d'en parler. Il dit que ce n'est pas sain. A-t-il raison? *Ariane, 37 ans*



L'experte

Isabelle Roskam, psychologue et professeure à l'UCL

L'ami imaginaire, avec support (peluche...) ou pas, est un phénomène très courant, qui

témoigne d'un bon imaginaire et remplit même une fonction dans le développement social de l'enfant. Par exemple, on constate que les filles ont tendance à se montrer protectrices envers leur ami imaginaire, tandis que les garçons en font plutôt un compagnon d'aventures ou une aide pour surpasser une situation difficile. C'est le même processus qui est en jeu lorsque les enfants – ils le font pratiquement tous – jouent à la maîtresse et inventent des élèves à qui faire la classe.

L'enfant sait très bien que c'est un jeu.

D'ailleurs, si en tant que parent, vous jouez le jeu de l'ami imaginaire à fond, il se sentira bien souvent mal à l'aise et vous dira que c'est «pour de faux». Rien d'inquiétant donc, que du contraire!

CONSO

Je viens d'acheter un GSM et il ne fonctionne déjà plus! Le vendeur refuse de me l'échanger. Est-ce normal? *Nadine, 42 ans*



L'experte

Ingrid Plancqueel, juriste au sein de l'asbl Droits quotidiens, www.droitsquotidiens.be

Non. Quand vous achetez un bien, il est d'office **garanti 2 ans**. Cette garantie légale couvre les défauts de conformité, mais, attention, pas les dysfonctionnements dus à une mauvaise utilisation du consommateur. En cas de problème, le vendeur est donc tenu soit de réparer l'objet soit de le remplacer. C'est vous qui avez le choix. Toutefois si votre demande est impossible (le modèle n'est plus disponible) ou disproportionnée (exiger le remplacement d'un GSM, alors qu'un seul câble est manquant, par exemple), le vendeur peut vous imposer l'autre solution.

PSYCHO

Une de mes amies a fait un burn-out. Depuis quelques semaines, elle va voir un coach pour reconstruire sa vie professionnelle. Je ne suis pas sûre de comprendre la différence entre un thérapeute et un coach, et je n'ai pas osé lui demander. Pourriez-vous m'éclairer? *Chantal, 55 ans*



L'experte

Nathalie Alsteen, coach, thérapeute et conférencière, www.emotifs-talentueux.com

Le thérapeute et le coach agissent tous les deux en cas de difficultés de la vie.

On peut distinguer leur pratique sur **deux points**, même si parfois les frontières sont floues: le niveau d'inconfort éprouvé par la personne qui consulte et le processus utilisé.

- **Le niveau d'inconfort** Le coach intervient quand une personne se sent à l'étroit, mal à l'aise dans une des sphères de sa vie, qu'elle soit professionnelle, amoureuse, familiale... La personne garde une vision, un projet d'avenir, mais ne sait pas comment le mettre en application, ou encore, elle sait qu'elle veut changer quelque chose, mais ne sait pas quoi, ni comment. Le coaching va alors lui fournir l'encadrement dont elle a besoin. En revanche, quand une personne éprouve un inconfort, un mal-être tel qu'il est porteur de souffrances qui l'empêchent de vivre sereinement, et qu'il se répercute dans plusieurs domaines de sa vie, quand elle est submergée par des émotions négatives – peur, tristesse, colère... – et qu'elle n'arrive plus à se projeter dans le futur, nous sommes clairement dans le domaine du thérapeute.

- **Le processus** Le thérapeute va davantage aller chercher dans le passé de la personne les éléments qui font qu'elle va mal aujourd'hui et travailler à les apaiser. Même s'il peut ponctuellement «fouiller» le passé pour donner du sens au vécu, le coaching est un travail beaucoup plus orienté sur le futur et la mise en action.

Ainsi, dans l'exemple du burn-out, un thérapeute interviendra durant la crise, tandis qu'un coach pourra intervenir avant, en prévision, ou après, pour la reconstruction du projet professionnel.

1 enfant sur 4 environ, en âge maternel, a un ami imaginaire.



Texte Sandra Mangoubi / Photos Corbis et Docs

Vous ne trouvez pas de réponses à vos questions?

Envoyez-les à *Avis d'expert*, Femmes d'Aujourd'hui, Stationsstraat 55, 2800 Malines, ou via notre site www.femmesdaujourd'hui.be/experts.