

CHRISTOPHE CARRÉ

HARCÈLEMENT, JEUX DANGEREUX, BASHING, SEXISME...

Aider son enfant à être autonome
face à ces violences ordinaires



● Éditions
EYROLLES

Christophe Carré

Harcèlement, jeux dangereux, bashing, sexisme...

Aider son enfant à être autonome
face à ces violences ordinaires

● Éditions
EYROLLES

Éditions Eyrolles
61, bd Saint-Germain
75240 Paris cedex 05
www.editions-eyrolles.com

Relecture/Correction : Arianne Fort, Françoise Puybaret.

En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement le présent ouvrage, sur quelque support que ce soit, sans l'autorisation de l'éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris.

© Éditions Eyrolles, 2022
ISBN: 978-2-416-00702-6

Sommaire

Introduction	7
Partie 1 – LE TOUR DE LA QUESTION	
Chapitre 1 – Un monde plus brutal qu’avant ?	15
Les enfants ne se comportent pas toujours comme des anges.....	17
Quelques chiffres.....	20
Ce n’était pas mieux avant, mais pourrait-ce être pire après ?.....	24
Chapitre 2 – Les différents visages de la violence et des mauvais traitements	27
Violences physiques et verbales.....	27
Violences émotionnelles.....	28
Violences sexuelles.....	28
Sexisme et <i>slut-shaming</i>	29
Violences culturelles, sociales et économiques.....	30
Intimidation, harcèlement, discrimination, <i>mobbing</i>	31
Cyberharcèlement.....	32
Espionnage aiguë ou <i>stalking</i>	35
Le dénigrement (<i>bashing</i>).....	36
<i>Happy slapping</i>	38
<i>Ghosting</i> et <i>breadcrumbing</i>	39
Pornographie, <i>nudes</i> , <i>sextapes</i> , <i>sextos</i>	40
Des jeux dangereux.....	42
Chapitre 3 – Le fragile équilibre du vivre-ensemble	49
Qui sont les enfants agresseurs ?.....	49
Qui sont les enfants victimes ?.....	51
C’est de ta faute!.....	53
Témoins et suiveurs.....	54
L’environnement, touché lui aussi.....	55
Les dangers des relations désincarnées.....	55

Connectés, exposés.....	57
<i>Doomscrolling</i>	63
Nomophobie.....	64
Déficit de nature.....	65
Chapitre 4 – Agir sans attendre	67
Des conséquences funestes.....	68
Insécurité et peur de l'abandon.....	69
Perte de confiance et dévalorisation de soi.....	69
Le sentiment que le monde est injuste et incontrôlable.....	70
Un besoin essentiel: la reconnaissance.....	71
La violence comme réponse.....	71
Conséquences de l'usage du numérique et des écrans sur le cerveau des enfants.....	73
Pornographie.....	74
Des adultes timides, désemparés et souvent impuissants.....	75
Pourquoi les parents sont-ils hésitants?.....	76
Il est nécessaire d'agir sans attendre.....	79

Partie 2 – AGIR EN CONSCIENCE ET EN CONFIANCE

Chapitre 5 – Identifier les signes avant-coureurs	87
De l'importance d'entretenir des relations équilibrées.....	87
Équilibre et perturbation.....	90
Attention aux erreurs d'interprétation.....	91
Les signes de violence physique.....	92
Les troubles du comportement.....	93
Des signes plus spécifiques.....	95
Ressentir de la culpabilité est normal.....	96
Chapitre 6 – Accueillir ce qui est	99
Débrancher ses automatismes.....	101
La puissance de l'accueil.....	102
Ouvrez la fenêtre!.....	103
Premières manifestations: des ressentis.....	105
Deuxième type d'information: des faits subjectifs.....	107
Troisième point: vos résonances émotionnelles.....	107
Quatrième élément: des besoins insatisfaits.....	109
Le dialogue, l'échange, la coopération, la proximité, la complicité.....	111

Savoir écouter	112
Je, tu, nous	113
Peser ses mots	114
L'art d'éviter questions et enquête.....	115

Chapitre 7 – Qualité de la relation, puissance du lien et autorité bienveillante.....

Dépendance affective et matérielle des enfants.....	119
Liens affectifs et attachement	120
Changer de regard	121
Des attentes positives	122
Réaffirmer son autorité naturelle.....	122
Une autorité sécurisante.....	126
Réhabiliter le « non »	128
Attention à la violence éducative	129
Trop de pression	130
Transmettre des valeurs.....	131
Assurer la sécurité émotionnelle de l'enfant	133
Dialoguer sur des sujets tabous.....	136
Échanger, mais pour quoi faire ?	137

Chapitre 8 – Armer ses enfants.....

Le singe et la noix de coco	141
La loi du talion.....	142
Éviter de laisser l'enfant s'enfermer dans le statut de victime	143
Ce n'est pas de ta faute!.....	143
Essayer de comprendre avant de juger et de condamner.....	145
Aider l'enfant à retrouver confiance en lui.....	145
Ni poisson, ni hérisson, ni paillason!.....	146
Changer d'air!.....	147
Les amis.....	148
Opposer un refus sans colère.....	149
Observer les problèmes des autres	150
Le sens de la répartition.....	151
Des enfants soumis et dociles ?	153
Ne restez pas seul.....	154

Conclusion.....	157
------------------------	------------

Contacts et numéros utiles	159
Les numéros spécifiques.....	159
Les plateformes et contacts.....	163
Bibliographie sélective	167

Introduction

Il y a des mineurs en souffrance, des institutions et des pouvoirs publics qui peinent parfois à identifier et à résoudre les problèmes, et des parents désespérés, inquiets, exaspérés, souvent pris entre deux feux : ignorer les difficultés que vivent leurs enfants afin d'éviter d'accentuer les phénomènes et laisser les jeunes se tirer d'affaire par leurs propres moyens, ou bien les prévenir des éventuelles violences qui les menacent, les préparer et intervenir en cas de besoin. Cette dernière option ayant au moins pour intérêt de limiter l'onde de choc et la sidération qui empêchent l'enfant victime de s'exprimer, d'agir et de se défendre. Mais comment procéder sans devenir déraisonnable, quelle est la bonne mesure, comment s'organiser pour que les mauvais traitements ne deviennent pas récurrents ? Comment faire partie de la solution plutôt qu'entretenir le problème ? Quels sont les changements à mettre en œuvre, les nouveaux cadres à instaurer ? La théorie, c'est bien joli, à condition qu'elle puisse passer le cap de la réalité !

Ce livre n'a pas pour vocation d'apporter des recettes toutes faites ou des solutions clés en main car toutes les situations sont singulières. En fonction du contexte et des personnes concernées, il n'y a pas *une* réponse simple qui permettrait de résoudre à coup sûr tous les problèmes, mais un ensemble de démarches raisonnées, une méthode. Pour construire celle-ci, je me suis inspiré de la philosophie, de la pragmatique de l'école nord-américaine de Palo Alto, des neurosciences, de la psychologie sociale, des recherches sur l'engagement et des nouvelles pratiques de médiation. Cet ouvrage est destiné à tous les parents qui souhaitent apporter une aide concrète pour répondre aux besoins d'accueil, de soutien et de protection de leurs enfants, notamment lorsque ces derniers se trouvent confrontés à des situations de

violence ou de dépendance. Il ne s'agit pas de pointer des responsabilités, de désigner des coupables, d'imposer des solutions et de rendre justice. Cela ne nous amènerait pas très loin et risquerait d'envenimer les choses. Il ne s'agit pas non plus de pleurer sur nos jeunes victimes, de dramatiser les événements ou de les minimiser, de développer des craintes irrationnelles et de céder à la paranoïa. Dans le même ordre d'idée, nous ne nous attacherons pas de façon excessive aux causes, car nous ne pouvons pas y changer grand-chose, mais nous explorerons une voie plus constructive : savoir quoi faire des conséquences et quelle position adopter face aux faits. L'écrivain et philosophe britannique Aldous Huxley a dit : « L'expérience, ce n'est pas ce qui arrive à quelqu'un, c'est ce que quelqu'un fait avec ce qui lui arrive. » C'est un peu l'esprit de cet ouvrage. Mieux vaut agir, au risque de se tromper, de commettre des maladresses, plutôt que de laisser un enfant en danger, seul face à l'adversité.

Que ce soit dans le contexte scolaire, familial ou communautaire, notre société est empoisonnée par de nombreuses dérives et dangers extérieurs qui affectent les enfants et les adolescents : injures, moqueries, bousculades, coups, crachats, bizutage, lynchage, intimidation, dénigrement, jeux dangereux, harcèlement, manipulation, « grossophobie », sexisme, hypersexualisation, dépendance aux réseaux sociaux, pornographie en accès libre, pédocriminalité, etc.

Selon l'intensité des événements et la sensibilité du jeune, ces dérives peuvent conduire à des troubles sérieux : sidération, sentiment d'impuissance et d'insécurité, bouleversement intérieur, perte de l'estime de soi, idées noires, peur, culpabilité, anxiété, phobie sociale, isolement, introversion, dépendance, addictions et comportements à risque, entre autres. Ces traumatismes ont des effets pathogènes qui s'inscrivent souvent de façon durable dans l'organisation psychique des jeunes victimes. Les enfants et adolescents concernés vivent alors un véritable enfer psychologique qui les conduit parfois au pire : en octobre 2021, une jeune fille de 14 ans, victime de harcèlement scolaire et d'injures racistes et homophobes de la part d'un groupe de

filles, depuis qu'elle leur avait révélé être lesbienne, a mis fin à ses jours.

Face à ces impensables violences entre jeunes – ou entre jeunes et adultes – et à la détresse des victimes et des familles, les institutions avancent timidement (de nouvelles mesures sont à l'étude pour lutter contre le harcèlement), mais c'est encore trop souvent l'incompréhension, l'indifférence et la loi du silence qui règnent. Des formulations ambitieuses comme «L'École de la bienveillance», ou encore «Le Respect des différences», ne dépassent guère le stade des bonnes intentions ou des effets de manche. Certains allant même jusqu'à prétexter que ce genre d'exactions «a toujours existé». Par ailleurs, il reste encore un domaine immense où parents, personnels éducatifs et justice pataugent et se montrent pour l'heure impuissants, c'est la peu rassurante arène numérique.

Dans ces contextes délétères, les parents ont évidemment un rôle primordial à jouer, mais ils sont généralement plongés dans le déni, la confusion, la colère et la déraison. Il leur est insupportable de ne pas pouvoir assurer la sécurité et le bien-être de leurs enfants et parfois même de passer à côté de leurs souffrances. Ils vivent dans la peur et la culpabilité. Ils voudraient pouvoir assumer leur rôle de parents, être des soutiens indéfectibles pour leurs enfants, pouvoir les protéger et faire respecter leurs droits fondamentaux, mais ils se sentent démunis. Ils hésitent à demander de l'aide, une aide qui signerait leur impéritie et leur impuissance. Une forme de déshonneur... D'autres redoutent d'envahir l'intimité de leurs enfants et espèrent une improbable résolution du problème, avec le temps.

Alors que faire face à ces expériences traumatisantes? Toutes les situations sont singulières. Il n'y a pas de société impeccable, il n'y a pas de système éducatif irréprochable, il n'y a pas de parent sans faille, ni d'enfant ou d'adolescent parfait. Les marges d'intervention sur l'environnement sont parfois limitées. Pour autant, garder le silence, baisser les bras ou accepter l'inacceptable sans agir avec tact, discernement mais fermeté face à de telles situations, c'est à coup

sûr pérenniser des attitudes, des comportements et des pratiques toxiques, pernicieuses et potentiellement mortifères. Nul parent ne souhaite cela.

Le célèbre chimiste et biologiste Louis Pasteur a dit : « Ne cherchons pas à éviter à nos enfants les difficultés de la vie ; apprenons-leur à les surmonter. » C'est précisément l'objet de ce livre. Avoir de bons enfants, obéissants, soumis et dociles date d'un autre temps ; aujourd'hui, nous devons éduquer des enfants debout et lucides ; des jeunes autonomes et responsables, capables de chercher leur propre chemin, de s'affirmer dans le respect, de lever le front. Il y a urgence !

À noter

Les informations et méthodes proposées dans cet ouvrage concernent tous les enfants, quel que soit leur d'âge, du jeune enfant à l'adolescent. Naturellement, la cartographie mentale et le niveau de langage d'un enfant de 6 ans et ceux d'un adolescent de 17 ans sont différents. Cependant, les approches et les itinéraires d'accueil et d'accompagnement ne changent pas radicalement pour les parents. Il conviendra donc d'adapter les contenus et les outils proposés dans ce livre aux capacités de compréhension et au niveau de développement de l'enfant.