

Assises des Chantiers - Education des AFC Vivre le présent comme clé de la confiance

Conférence prononcée à la Maison Ephrem à Paris (proche du Sacré Cœur) le samedi 20 janvier 2018 par Edith TARTAR GODDET, psychosociologue à l'intention des responsables des CHANTIERS ÉDUCATION des associations familiales catholiques / AFC.

Redonner confiance à ses enfants quand la confiance a été trompée, bafouée

Il y a eu la confiance et elle n'est plus là.

Elle a été mise à mal par des faits ou des situations qui montrent objectivement l'écart ou le fossé entre ce qui était attendu ou convenu et ce qui est observé dans le ici et maintenant du quotidien.

Un accord avait été possible, sous forme de contrat moral implicite ou explicite. Ce qui avait été convenu entre le parent/les parents et l'adolescent(e) n'a pas été au rendez-vous, soit n'a pas été fait (un travail sur lequel l'ado s'était engagé) ou au contraire a été fait à l'envers (il/elle rentre de sortie au petit matin alors que l'horaire convenu était minuit).

La parabole des deux fils¹ illustre cet accord désaccordé comme une note de musique qui ne sonne pas là où nous l'attendons. Le son alors nous écorche les oreilles parce qu'il ne correspond pas à ce qu'il devrait être. L'un et l'autre fils de la parabole ne font pas ce qu'ils disent à leur père mais le contraire.

Cet inattendu déstabilise les parents qui ne l'intègrent pas comme une possibilité parmi d'autres dans la relation, les échanges, la communication. Et au lieu de composer avec cet accord qui se désaccorde pour rechercher un nouvel accordage, nous avons tendance, parce que nous sommes en colère ou affligés, de juger l'adolescent(e). « Nous ne pouvons pas lui faire confiance, il/elle est imprévisible, se met en danger. Ce qu'il/elle fait est mal... » Et en qualifiant dans le registre moral l'ado, nous l'humilions, bien souvent sans nous en rendre compte, et le mettons en position d'hostilité à notre égard.

D'ailleurs l'intitulé de cette conférence s'inscrit bien dans cette logique du jugement puisqu'il parle de confiance trompée ou bafouée ; alors que nous aurions du inscrire le mot « parole » à la place de confiance bafouée.

Que pourrions-nous faire pour améliorer cet ordinaire, si banal, dans la relation entre parents et ados lorsque ses actes ne correspondent pas à l'accord préalable ? Il faut se rendre à l'évidence nous faisons souvent reposer la confiance sur des attentes implicites, non dites parce qu'elles nous paraissent évidentes. Alors qu'il faudrait au contraire les rendre visibles, les expliciter, les préciser en un mot faire contrat ou contractualiser un accord y compris parfois de manière écrite car rien n'est plus évident à l'adolescence. Ensuite, il nous faudrait apprendre à distinguer la personne de ses actes pour qualifier les comportements ou les conduites mais jamais ce qu'elle est : ce sont les faits que l'on juge pas la personne qui les commet.

¹ Un homme avait deux fils. S'avançant vers le premier il lui dit : « Mon enfant, va donc aujourd'hui travailler à la vigne. » Celui-ci lui répondit : « je ne veux pas » ; un peu plus tard, pris de remords, il y alla. S'avançant vers le second, il lui dit la même chose ; Celui-ci lui répondit : « j'y vais Seigneur » ; mais il n'y alla pas... Evangile de Matthieu, chapitre 21, versets 28 à 32 (extraits) traduction de la TOB.

Ainsi la relation est toujours préservée, jamais détruite mais seulement malmenée ou conflictualisée par le désaccord. De même la confiance est toujours là quoi qu'il arrive. Elle est seulement, parfois, moins visible car enfouie sous la tempête de sable du moment. L'exercice qui consiste à dissocier « qui je suis » de « ce que je fais » est très utile lorsque nous devons affronter les difficultés. Ainsi, « ce n'est pas parce que je fais des erreurs que je suis une erreur². »

Enfin nous pourrions travailler avec l'ado dans une temporalité longue plutôt que courte. Pourquoi en effet interagir tout de suite après une situation problématique lorsque nous sommes encore sous le coup des émotions de colère, tristesse, inquiétude ? Le risque est ici d'exacerber les émotions des uns et des autres car elles sont contagieuses et de résonner au lieu de raisonner. La voie est alors libre pour tous les excès : paroles inattendues et violentes, décisions arbitraires... Donner rendez-vous plus tard à l'ado, se donner préalablement le temps d'apaiser ses propres émotions, permettra de lui parler ensuite de ce que l'on a ressenti en les exprimant en je, plutôt qu'en employant « le tu qui tue. » La modération, la raison, le calme, la parole apaisée et explicite sont des outils assez efficaces pour atténuer, la peur, l'inquiétude, le manque de confiance, la méfiance, la défiance ou la peur d'être trompé par les actes de l'adolescent(e).

La parole ne produit pas toujours les effets attendus. Ce serait tellement sécurisant si la parole contenue dans le contrat moral entre parents et ados correspondait toujours aux actes ! Qui pourrait d'ailleurs affirmer que sa parole de parent produit les effets escomptés sur ses enfants ; que sa parole est performative : le Christ seul sans doute ! Les récits de guérison qui peuplent le second Testament mettent en évidence le pouvoir de cette parole qui ne vient pas de lui-même mais de celui qui lui a donné mission. Le pouvoir de Jésus s'appuie sur le désir ou le croire de l'aveugle de Jéricho, du paralytique et de bien d'autres en ce Jésus de Nazareth parce qu'ils savent ce que ce Jésus a fait pour les autres et aux autres. La confiance de ces êtres en souffrance des Evangiles repose sur la connaissance des capacités de Jésus à faire ce qu'il dit et à dire ce qu'il fait. C'est sur l'expérience concrète de que Jésus a déjà fait pour d'autres, que se construit, en lien avec leur attente, une relation de confiance. C'est à partir de cette foi, de ce croire que s'élabore l'autorité de Jésus à travers un « faire autorité » sur chacun d'eux plutôt que d'un « avoir de l'autorité. »

La confiance s'apprend

L'accord parfait, où chacun tient ses engagements, est un idéal vers lequel tendre mais rarement une réalité de notre commune humanité. Cet idéal devient une illusion quand nous croyons qu'il n'y a rien de spécial à travailler pour que règne la confiance dans les relations avec les autres. Certains parlent de d'innéité des relations humaines ; certains seraient dotés d'une autorité naturelle par exemple. Or il n'y a rien de spontané ou de naturel dans les relations humaines. Elles se travaillent ou s'apprennent tous les jours, tout le temps et tout au long de la vie. Elles se construisent par essais successifs et par réussites – erreurs. Elles s'améliorent en les interrogeant sans cesse en les remettant en question. Elles se cherchent plutôt qu'elles ne se trouvent. Mais pour s'inscrire dans cette démarche de chercheur plutôt que de trouveur, il est important de bousculer certaines de nos représentations

² Louis CARTIER, Chantale METIVIER : Guide éducatif sur la réparation et l'estime de soi, Edition Atelier Bleu, 2008

sociales³ concernant les apprentissages. Dans la culture française, les savoirs - êtres et les savoirs – faire sous formes de compétences, pour vivre avec soi et avec les autres, n'ont pas bonne presse. Notre culture accorde une place centrale et unique aux savoirs conceptuels et croit qu'il suffit d'avoir ces savoirs pour savoir se conduire concrètement parmi les autres. Or cette représentation est fautive ou inadéquate car les savoirs être et les savoirs faire ne sont pas innés et s'apprennent. Ils sont des savoirs à part entière qui ont la particularité d'être des savoirs liés à l'expérience et non à la connaissance théorique. Ils sont liés à la pratique et sont véhiculés par des témoins plutôt que par des savants. Ils méritent d'être conscientisés afin de les rendre visibles et lisibles pour les modifier quand cela est nécessaire. Ils peuvent aussi s'échanger dans le cadre de groupes de parole et enrichir ceux et celles qui ont confiance dans la parole dans l'expérience des autres.

L'adolescent(e) va nous apprendre à composer avec les paradoxes.

Lorsque le contrat, implicite ou explicite, avec nos ados n'est pas respecté nous faisons l'expérience de l'humaine condition faite de contradictions où se tiennent ensemble quelque chose et son contraire. L'apôtre Paul en témoigne de manière explicite quand il affirme : « le bien que je veux je ne le fais pas et le mal que je ne veux pas, je le fais⁴. »

L'adolescent(e) vit une telle période d'abandons multiples (il doit faire le deuil de ce qu'il a été pour aller vers un devenir sans savoir ce qu'il sera) qu'il peut être tenté de refuser de faire des choix. Il peut dans le même mouvement aimer et haïr, vouloir parler et se taire, réclamer sa liberté mais ne rien faire seul, etc... Animé par le principe de plaisir qui prévaut tant que le Moi n'est pas suffisamment autonome, l'ado fonctionne en suivant les règles du « tout, tout de suite, sans demi mesure » et de l'excès.

Dans ce contexte, déstabilisant pour toute personne peu informée, il est difficile de communiquer raisonnablement et paisiblement avec l'ado. La relation et l'échange demandent un vrai travail de conscientisation de ce qui se passe et d'élaboration des ressentis, attitudes et pensées.

Chaque parent faisant ce qu'il peut (et parfois le peu qu'il peut est déjà beaucoup), il peut être intéressant d'inventer et d'organiser des temps et des espaces, en dehors de toute situation tendue ou conflictuelle pour se poser et parler à égalité de voix. Instituer des conseils de maison, régis par des règles contractualisées ensemble, permet de rendre visible les préoccupations des parents et des adolescent(e)s, de diminuer les malentendus et les rancœurs accumulées par incompréhensions mutuelles et de chercher des accordages concrets ou pratiques pour reprendre le cours d'une vie commune apaisée. Lorsque cette démarche est sincère et que chacun entend ce que dit l'autre, la relation est comme nettoyée des parasitages antérieurs. Quelque chose de nouveau peut advenir jusqu'à la prochaine fois...

Pour que cette démarche soit possible et efficace, il est essentiel de **prendre conscience des difficultés inhérentes à la communication**. Celle-ci est faite de malentendus fréquents par erreur d'écoute ou incompréhension ; mal – entendus inévitables avec lesquels il est nécessaire de composer. Aucun message transmis

³ Les représentations sont des images sensorielles accumulées lors de notre vie en lien avec nos expériences quotidiennes au contact des autres et de la société. Elles façonnent nos attitudes, conduites et normes de jugements.

⁴ Epître aux Romains, chapitre 7, verset 19

par un parent / émetteur n'est reçu tel quel par l'adolescent(e) / récepteur c'est-à-dire qu'il y a des transformations du message car le récepteur ne fonctionne jamais comme un photocopieuse. Il interprète sans cesse les mots, les phrases en modifiant leurs significations en fonction de sa propre logique ou pensée. L'ado est particulièrement attentif à la communication non verbale de ses parents dont il décode les significations cachées. Aux malentendus inhérents à la communication s'ajoute des parasitages liés à la relation entre parent et ados. Ceux-ci communiquent souvent avec les autres par le conflit, la provocation, la manipulation. Attitudes qu'ils manient avec une réelle expertise et qui leur permettent de rééquilibrer à leur avantage la relation dissymétrique avec leurs parents ; car l'adolescent(e) vulnérable, fragile et susceptible craignant pardessus tout d'être dominé, cherche à dominer ses parents pour les amener là où il le veut. Le processus adolescent le conduit à devenir méfiant, à craindre de se faire piéger ou manipuler par les autres.

Eviter les malentendus est possible à condition d'avoir conscience de leur présence et de leurs effets de nuisance dans la relation. Des outils sont à notre disposition et il serait dommage de ne pas les utiliser : L'explicitation des messages par voie orale ou écrite (comme envoyer des SMS à son ado pour lui préciser ou lui rappeler certaines choses essentielles) ou message clair dans lequel le parent parle en témoin et s'exprime en Je. La reformulation permet de vérifier si le message a été reçu et saisi sans distorsion. Il ne consiste pas à dire à l'adolescent « tu as compris ce que je dis » sur un ton injonctif qui risque de le mettre en position de repli ou de fermeture mais de préciser le message notamment dans ses aspects concrets. Enfin la mise en mots de ses émotions ressenties avant et durant la transmission du message comme « je suis inquiet, je me fais du souci.. » évite tout jugement de valeur et humanise la relation ; à condition que le parent ne se serve pas de ses émotions pour culpabiliser son ado.

La confiance est à construire sans cesse. C'est une compétence dont nous avons à prendre soin comme nous entretenons régulièrement notre automobile afin qu'elle soit efficace le plus souvent et le plus longtemps possible.

Mais nous n'avons pas souvent conscience que la confiance s'apprend par imitation, identification, échanges avec d'autres. Nous n'avons pas non plus conscience que nous avons intérêt à rendre la confiance visible, la conscientiser pour mieux la travailler, l'élaborer, la renforcer, l'améliorer et ainsi mettre à distance les éléments, inévitables, qui peuvent parasiter la confiance comme la crainte, la défiance ou la peur d'être trompé.

La confiance est un choix, un pari, celui de croire en l'autre, de se fier à lui, de se reposer sur lui, d'avoir foi en lui au point de se confier et ce faisant de prendre le risque de s'exposer devant lui avec ses fragilités ou de se mettre en position de vulnérabilité. Or l'adolescent(e) déjà fragilisé et vulnérabilisé par le processus adolescent a peur d'exposer ses interrogations, ses faiblesses. Il croit parfois, à tort que « être adulte » c'est être exclusivement fort et sans failles. Il confond alors la position adulte avec la toute puissance⁵. Or être humain c'est se reconnaître ambivalent ; c'est accepter ses forces et ses faiblesses ; c'est composer avec ses réussites et ses difficultés ; c'est se reconnaître ni totalement parfait ni totalement nul ou impuissant. L'ambivalence est à dire et redire à nos ados. Elle est une

⁵ La toute puissance se caractérise par l'omniscience, l'omniprésence, l'omnipotence.

caractéristique de l'humanité – humaine et commune qu'il s'agit d'apprécier comme une marque de fabrique. Le prix de notre humanité c'est à la fois de voir la vie et la mort qui sont devant chacun de nous mais de choisir résolument la vie. Pour le croyant l'ambivalence c'est à la fois l'intime certitude de l'existence ou de la foi en Dieu mais c'est aussi l'épreuve du doute ou de la remise en question de cette foi. Si la confiance est un choix, nous avons apprendre, pour arriver à choisir un jour la confiance, à faire des choix. Or il n'y a nul lieu dans notre société où nous apprenons à gérer ou à élaborer nos conflits intérieurs au mieux de nos exigences éthiques ou sociales pour faire des choix raisonnés, réfléchis portés par nos convictions et nos valeurs.

Comment le parent incarne-t-il dans sa vie la confiance donnée et reçue ? Si la confiance est une attitude ou une manière d'être qui se construit et se reconstruit dans cesse dans la relation, si nous l'apprenons notamment par le processus d'identification⁶ comment chaque parent l'a-t-il intégrée, comment l'incarne-t-il dans sa vie pour donner le goût ou le désir à son adolescent de l'adopter et de l'incarner à son tour à sa manière ? La confiance se transmet. Elle est du registre de l'héritage. Elle se donne à voir et à lire dans notre vie de tous les jours, personnelle et sociale, mais aussi dans notre manière de vivre notre spiritualité, de croire en Dieu, incarné dans son fils Jésus-Christ. Des récits bibliques peuvent être de précieux outils pour interroger et rendre visible cette confiance qui se donne et se redonne malgré les difficultés et les erreurs. La parabole du fils retrouvé⁷ en donne un exemple fort. Si donc le père de la parabole est en capacité d'accueillir à nouveau avec confiance le fils qui a rejeté et détruit l'héritage mais aussi rompu la relation, ne devons-nous pas nous aussi imiter ou nous identifier à ce père ?

Lorsque la confiance a été malmenée, rien de tel que de passer par des récits symboliques pour interroger ce qui s'est passé sans en parler directement. Cette démarche évite de raviver ses propres émotions, permet de prendre de la distance par rapport à son propre récit, protège chacun des éventuels reproches ou accusations et ouvre la possibilité de réparation en confiance.

La confiance change de camp durant l'adolescence

Durant l'enfance, les parents jouent le rôle de pare feu, d'intermédiaire entre l'enfant et le monde. Ils répondent à ses besoins, le protègent, l'aident à grandir physiquement, psychiquement, socialement, spirituellement. En retour, l'enfant fait confiance à son, ses parents car il sent, de manière non consciente, que « ce portage » le soutient, l'étaie, le structure.

⁶ L'identification est un processus actif qui se distingue de l'imitation. Elle consiste à observer les autres, à piocher dans leurs attitudes, conduites, pensées, etc... des éléments qui, après transformation, seront intégrés (de manière consciente ou non) à sa personnalité.

⁷ Un homme avait deux fils. Le plus jeune dit à son père : « Père, donne-moi la part de bien qui doit me revenir. » Et le père leur partagea son avoir. Peu de jours après, le jeune fils, ayant tout réalisé, partit pour un pays lointain et il dilapida son bien dans une vie de désordre. Quand il eut tout dépensé une grande famine survint... Je vais aller vers mon père et je lui dirai : « Père, j'ai péché envers le ciel et contre toi. Je ne mérite plus d'être appelé ton fils... Il alla vers son père. Comme il était encore loin, son père l'aperçut et fut pris de pitié : il courut se jeter à son cou et le couvrit de baisers.... Evangile de Luc, chapitre 15, versets 11 à 32

Si l'enfant apprend à faire confiance à ses parents, ce sont les parents qui, au moment de l'adolescence de leur enfant vont apprendre à lui faire confiance. Les rôles semblent ici s'inverser et se complexifier. Si l'enfant fait confiance spontanément à un parent qui se montre fiable, digne et crédible, ce n'est pas sur ces mêmes critères que le parent construit sa confiance à l'égard de son adolescent(e), car celui-ci peut être imprévisible, rebelle, opposant, défaillant Le parent fait le pari de la confiance envers l'adolescent(e) et pas nécessairement envers ce qu'il fait ou dit. Il la donne à priori : il croit en lui/ en elle. Il considère la confiance comme un pré-requis ; sans doute comme la grâce qui nous est donnée une fois pour toute et jamais retirée. Le parent sait que la confiance peut être malmenée, testée, interrogée par l'ado mais il la redonne toujours après une mise à plat ou un recadrage où se disent et se redisent paisiblement les limites, ce qui est possible et ce que ne l'est pas, ce qui est permis et interdit, etc...

Ce n'est pas facile d'avoir foi en son ado, dans un contexte de changement profond et de réaménagements des relations entre parents et adolescent(e)s. Les processus psychiques en œuvre durant l'adolescence peuvent exacerber les conflits entre parents et ados : chercher à devenir soi ou se singulariser implique de rompre, momentanément avec les héritages légués par les parents. Cette rupture ne se fait pas sans souffrances de part et d'autre. Chercher à s'éloigner pour élargir son champ d'identifications au delà du cercle familial ne se fait pas sans blessures narcissiques du côté parental puisque le parent perd sa place de référent privilégié et sait de moins en moins de choses sur son ado qui ne se confie plus à lui mais à d'autres. Comment dans ce contexte déstabilisant le parent peut-il garder le cap de la confiance a - priori ?

Quels sont les ingrédients dont le parent peut avoir besoin pour maintenir la confiance ?

La liste n'est pas exhaustive.

Assouplir la relation.

Lâcher la prise sur ce qui n'est pas essentiel mais ne jamais lâcher prise sur ce qui est important ; lâcher prise ne veut pas dire abandonner la place.

Se remettre en question régulièrement mais sans douter de soi, c'est répondre de ce que l'on fait ou exercer sa responsabilité sans culpabilité.

Chercher et trouver la juste distance à l'égard de la loi, de la règle : ni trop près pour s'y soumettre de manière infantile, ni trop loin pour la transgresser. Il s'agit d'obéir à la loi en conscience et de son plein gré.

De même, rechercher la juste distance dans la relation avec son adolescent(e) pour être ni trop près de lui (tout en savoir), ni trop loin (dans l'indifférence).

Chercher la cohérence entre ses actes et ses paroles et être capable de constater, sans honte, ses difficultés à y parvenir.

Chercher à faire autorité et non à en avoir ou à être autoritaire, c'est maintenir un écart intergénérationnel avec ses enfants.

Construire et développer un sentiment de sécurité intérieure qui permet, quelques soient les événements de croire en la vie, en l'autre, en l'avenir.

Continuer à soutenir, protéger son adolescent c'est continuer à lui dire ce que le parent a à lui dire même si l'ado n'en fait rien.

Donner une place et de la valeur à la parole qui porte les questions essentielles, c'est d'abord prendre le temps d'écouter l'ado et de l'aider à chercher les réponses aux questions existentielles qu'il se pose.

La confiance un pari difficile dans une société qui accorde peu de crédit à ses institutions et les critiques sans cesse. Les drames, la méfiance, les théories du complot intéressent les spectateurs / auditeurs disent les médias plus que les bonnes nouvelles. Ces informations régulièrement répétées participent à la perte de confiance à l'égard de la société civile (Etat, école, hôpital, police, justice, etc ...) et à la dégradation les relations entre les familles et leurs partenaires (comme l'école par exemple).

Dans ce contexte de morbidité récurrente, il est urgent d'exercer un contre chant en se réjouissant explicitement de toutes les bonnes nouvelles que nous pouvons croiser dans notre quotidien ; et de résister à la morosité véhiculée par le secteur médiatique.