

Parents
à
Parents

« Hors Série »
Avril 2014

A photograph showing two men from behind, each carrying a young child on their shoulders. The child on the left is a boy with blonde hair wearing a pink sweater. The child on the right is a girl wearing a shiny pink raincoat. They are in a gallery or museum space with various artworks on display in the background. The lighting is warm and focused on the subjects.

SORTIR DE LA VIOLENCE ÉDUCATIVE : les pères témoignent

Devenir homme et père • L'empreinte de la violence • L'amour filial

Les enjeux de la mixité dans le sport • Cris • Non violence

AVEC GUY CORNEAU ET OLIVIER MAUREL

ÉDITO

Y a-t-il un rapport entre les violences faites aux femmes et celles faites aux enfants, et entre les violences graves et les plus « légères »⁽¹⁾ ? C'est ce que nous vous proposons de voir dans ce numéro. Notre objectif n'est pas d'accumuler les constats alarmistes, mais de montrer que rien de tout cela n'est inéluctable. La violence n'est pas qu'une affaire de « mâle » (ils en sont victimes, eux aussi⁽²⁾) ; les hommes et les pères qui sortent des modèles archaïques de domination sont de plus en plus nombreux. Nous avons eu envie de leur donner la parole, de les voir se détacher de leur héritage culturel, laissant le manteau/fardeau de l'autorité paternelle pour entrer dans des liens joyeux et vivants, dont, disent-ils, ils sont les premiers bénéficiaires. Voyez plutôt...

(1) Dans le monde, sept femmes sur dix subissent des violences physiques ou sexuelles – dans bien des cas, depuis leur plus tendre enfance. Rien qu'en France, au moins 10% des enfants sont victimes de violences physiques, d'agressions sexuelles, de négligences graves, d'abandon affectif, d'humiliations et d'insultes. Mais si on étend le champ de la violence reçue à toutes les « violences ordinaires » (menaces, fessées, humiliations verbales), ce sont 80 à 90 % des enfants, en France et dans les pays où cette méthode éducative n'a pas été remise en cause, qui subissent encore ce mode de dressage.

Sources : http://www.lemonde.fr/planete/article/2013/11/25/sept-femmes-sur-dix-dans-le-monde-sont-confrontees-a-des-violences-physique-ou-sexuelles_3519684_3244.html
<http://maltraitementsdenfantsgrande.causionationale2014.wordpress.com/pourquoi-un-colloque-sur-les-violences-faites-aux-enfants/>
<http://www.oveo.org/fichiers/DiaporamaMaurel.pdf>

(2) Si les femmes font deux fois plus de tentatives de suicide que les hommes, les hommes se suicident trois fois plus que les femmes, ont trois fois plus de risque de sombrer dans l'alcoolisme et la drogue (moyenne mondiale : 10 hommes pour une femme) et sont bien plus en échec scolaire (cf. notre article sur le site parentsaparents.fr)

Sources : <http://www.drees.sante.gouv.fr/IMG/pdf/er488.pdf>
<http://www.inpes.sante.fr/70000/dp/03/dp030122.pdf>
http://www.unodc.org/documents/data-and-analysis/WDR2012/WDR_2012_French_web.pdf

Parents
Parents

Ce magazine est une publication de l'association **Parents à Parents**.

Rédaction : Gaëlle Zaid, Valérie Dupin, Olivier Maurel.

Contributeurs : Julien Mazeau, Cathy Patinet, Guy Corneau, Pascal Coupé, Jean-Pierre Fourmier. **Merci** à Alain, Bruno, Cédric, Géraldine, Guillaume, Jean, Jérôme, Julien, Nicolas, Pascal, Paul, Pierre, Pierre-Mickaël, Sébastien, Stéphane, Thomas, Valérie et Xavier pour leur précieux témoignage. **Merci** à Rachel, Francine et Sophie pour leur relecture attentive.

Photographies : Thierry Samuel, Gilles Levrier, Yoann Lambert, Jean-françois Sérot et François Mochi.

Photo de couverture : Gilles Levrier

Illustrations : Gioia Albano

Conception graphique et mise en page :

Fabienne Kroenig crea@fabynk.fr

Courriel de contact :

contact@parentsaparents.fr

Site web : <http://parentsaparents.fr/>

L'association, le site et le webzine Parents à Parents s'adressent à tous les parents et à toutes les personnes intéressées, de près ou de loin, à la parentalité ; à toutes celles et ceux qui cherchent à vivre en harmonie, en cohérence avec eux-mêmes et qui veulent trouver des solutions qui leur conviennent vraiment.

Loin des idées toutes faites, l'association Parents à Parents offre un espace de partage et de transmission d'expériences, dans la bienveillance, le non jugement et l'accueil des opinions divergentes, à toutes celles et tous ceux qui s'intéressent aux domaines touchant à la parentalité au sens large : la conception, la grossesse, la naissance, la petite enfance, l'enfance, l'adolescence, l'éducation, les activités, le sommeil, la santé, les relations, l'accès à l'autonomie et à la responsabilité, les liens au sein de la famille, avec la nature et l'environnement...

Ce webzine est indépendant et non subventionné. Il n'est rattaché à aucune idéologie et aucun dogme. Ce hors série est diffusé gratuitement par voie numérique, via l'association **Parents à Parents**.

Adresse : 4 bis, rue Ferdinand Buisson
94500 Champigny-sur-marne.

Magazine sous copyright. Reproduction interdite sauf autorisation de l'association.

N'hésitez pas à diffuser le webzine dans son intégralité, via le lien sur le site de l'association : <http://parentsaparents.fr/>

SOMMAIRE



**LA VIOLENCE
ÉDUCATIVE ORDINAIRE :
REGARDONS-LÀ EN FACE**



**DE LA SOUFFRANCE
DE L'ENFANT
À LA JOIE D'ÊTRE SOI**



**DEVENIR HOMME
Aujourd'hui**



**COMMENT
Je suis
devenu père**

SOMMAIRE



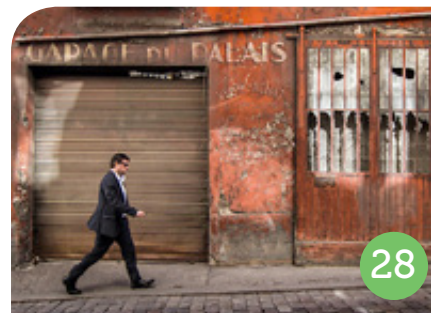
22

ÊTRE PÈRE : MAIS QUE VIENNENT FAIRE NOS PROPRES PARENTS DANS LES LIENS QUE NOUS TISSONS AVEC NOS ENFANTS ?



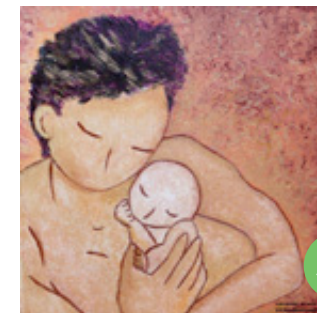
26

LA VIOLENCE ÉDUCATIVE, TERREAU POUR LA VIOLENCE CONJUGALE ?



28

PÈRE ET FILS
Quand une dépression sauve la relation



33

LES TOUT PREMIERS SOINS DU NOUVEAU-NÉ : UN ACCUEIL PAS TOUJOURS TENDRE



36

STOP ! SORTIR DU CERCLE VICIEUX DE LA VIOLENCE ÉDUCATIVE



38

SILENCE, C'EST MOI QUI CRIE !



39

LA NON-VIOLENCE, LÀ OÙ TOUT COMMENCE



40

FILLES – GARÇONS FACE AU SPORT : QUAND LA MIXITÉ DEVIENT VECTEUR D'ÉPANOUISSEMENT

PISTES & RESSOURCES 41

LES ARTISTES 43

LA JOURNÉE DE LA NON-VIOLENCE ÉDUCATIVE 45



LA VIOLENCE ÉDUCATIVE ORDINAIRE : REGARDONS-LÀ EN FACE

ARTICLE CO-ÉCRIT AVEC OLIVIER MAUREL, ÉCRIVAIN(*), MILITANT NON-VIOLENT, CRÉATEUR ET PRÉSIDENT DE L'OBSERVATOIRE DE LA VIOLENCE ÉDUCATIVE ORDINAIRE(**).

La violence éducative ordinaire, ce sont ces fessées, ces gifles, ces menaces, ces punitions, ces railleries et moqueries que nous avons subies quand nous étions enfant et que nous faisons subir à nos enfants tant que nous n'avons pas conscience de leur impact et tant que nous n'avons pas déconstruit nos conditionnements. Ce sont tous ces traitements infligés « pour notre bien » et qui ne semblent normaux, ordinaires, que parce qu'ils sont subis et transmis de génération en génération.



© Olivier Maurel

Non, ces gestes et ces mots ne sont pas anodins : la preuve (scientifique)

De nombreuses études, sérieuses, documentées, longitudinales ont été réalisées, sur les impacts des « petites violences ordinaires », celles qu'on pourrait croire anodines, qui montrent que les fessées, même peu fréquentes, suffisent à altérer les capacités intellectuelles et sociales : les enfants fessés de moins d'un an sont plus susceptibles d'être agressifs à l'âge de trois ans et plus déprimés ou anxieux à l'âge de cinq ans⁽¹⁾. Les fessées ont, entre autres, un impact sur le **QI** des enfants⁽²⁾, qui est d'autant plus réduit que les enfants sont fessés à un âge précoce, ainsi que sur la compréhension du langage⁽³⁾.

Ces châtiments ne se contentent pas d'imprégner l'enfant, ils ont encore des répercussions sur sa santé physique et mentale à l'âge adulte. Cancer, troubles cardiaques et asthme⁽⁴⁾ sont plus fréquents chez les personnes →

(*) Bibliographie d'Olivier Maurel : *La violence éducative, un trou noir dans les sciences humaines*, éditions l'Instant Présent, 2012. *Oui la nature humaine est bonne !*, Robert Laffont, 2009. *La Fessée : questions sur la violence éducative*, La Plage, 2004, préface par Alice Miller. *Edipe et Laios : Dialogue sur l'origine de la violence*, Éditions L'Harmattan, 2003. http://www.decitre.fr/ebooks/oui-la-nature-humaine-est-bonne-comment-la-violence-educative-ordinaire-la-pervertit-depuis-des-millennaires-9782221122976_9782221122976_3.html#ae35

(**) L'Observatoire de la Violence Éducative Ordinaire est à la fois une association et un site créés dans le but d'informer le plus largement possible l'opinion publique et les responsables politiques sur la pratique de la violence éducative ordinaire, c'est-à-dire les diverses formes de violence utilisées quotidiennement pour éduquer les enfants dans les familles et les institutions.

Pour en savoir plus : voir le numéro 176 du magazine l'Enfant et la Vie et son dossier sur « l'autorité : un pas vers l'autre », dont cet article est partiellement issu. <http://www.lenfantetlavie.fr>

Les études scientifiques présentées ici proviennent du site de l'*Observatoire de la Violence Éducative Ordinaire*, où il est possible de lire les conclusions documentées et de trouver les sources dans leur intégralité.

(1) Andrea N. Gromoske, Kathryn Maguire-Jack, University of Wisconsin–Madison, étude publiée dans le *Journal of Marriage and Family*, octobre 2012, p. 1054-1068. À ceux qui pensent qu'« une bonne fessée n'a jamais fait de mal à personne », une nouvelle étude réalisée en 2012 sur 3 870 familles a montré que les enfants fessés (spanked) de moins d'un an étaient plus susceptibles d'être agressifs à l'âge de trois ans et plus déprimés ou anxieux à l'âge de cinq ans.



© Yoann Lambert

« Ces effets peuvent paraître invraisemblables et disproportionnés, mais pour les comprendre il suffit de se rappeler que notre organisme est doté de deux systèmes d'autoprotection : le système immunitaire et le stress ».

→ qui en ont reçu, tout comme les troubles du comportement, de la personnalité, les maladies mentales, la dépression, les problèmes d'alcool ou de drogue⁽⁵⁾ et les suicides⁽⁶⁾.

Comprendre les effets de la violence éducative ordinaire

Ces effets peuvent paraître invraisemblables et disproportionnés, mais pour les comprendre il suffit de se rappeler que notre organisme est doté de deux systèmes d'autoprotection : le système d'alarme qui nous protège des agressions extérieures et le système immunitaire qui nous protège des agressions intérieures (microbes, virus...). Notre système d'alarme, le stress, déclenche, en cas de danger ou d'agression, un flot d'hormones destiné à permettre à notre organisme de fuir ou de se défendre efficacement. La réaction d'alarme est en fait le premier stade du stress. Ensuite vient le stade de résistance, d'adaptation à l'agent stressant, puis le stade d'épuisement, si l'action de l'agent stressant est excessive ou dure trop longtemps. Pour obtenir cette résistance et cette adaptation, le système d'alarme désactive toutes les fonctions qui ne sont pas indispensables à la fuite ou à la défense, comme, par exemple, la digestion, la croissance et le système immunitaire. Plus les agressions sont fréquentes, plus le système immunitaire est désactivé et réactivé, moins il devient efficace et moins il protège des maladies. Or, l'organisme des enfants ressent gifles, fessées et menaces comme des agressions, quelle que soit l'intention avec laquelle on donne ces punitions. Or, les gifles et fessées, quand on a commencé à en donner, deviennent très vite des habitudes. Ainsi, en croyant donner des gifles et fessées « qui n'ont jamais fait de mal à personne », on affaiblit, →

(2) Selon l'une étude présentée en 2009 par le Pr Murray Straus, sociologue et codirecteur du Family Research Laboratory de l'université du New Hampshire, les châtimets corporels réduisent le quotient intellectuel des enfants. Mesuré quatre ans plus tard, le QI des enfants qui avaient reçu des fessées de leur mère entre l'âge de 2 et 4 ans était inférieur de 5 points à celui des enfants qui n'en avaient pas reçu, tandis que le QI des enfants qui avaient reçu des fessées entre 5 et 9 ans était inférieur de 2,8 points à celui des enfants qui n'en avaient pas reçu au même âge.

(3) Etude longitudinale menée par Michael J. MacKenzie, Eric Nicklas et Jane Waldfogel de la School of Social Work, et Jeanne Brooks-Gunn du College of Physicians and Surgeons and Teacher's College, Columbia University, New York, publiée dans la revue *Pediatrics* sous le titre *Spanking and Child Development Across the First Decade of Life* mesure les effets jusqu'à l'âge de 9 ans. Elle montre que les fessées données par la mère à l'âge de 5 ans, même peu fréquentes, sont associées à un haut niveau de comportements d'externalisation de l'enfant à 9 ans. Les fessées fréquentes données par le père à l'âge de 5 ans sont corrélées avec un niveau plus bas de compréhension du langage à l'âge de 9 ans.

(4) D'après l'étude de Michael E. Hyland, Ahmed M. Alkhalaf et Ben Whalley, université de Plymouth, Royaume-Uni, étude publiée dans le *Journal of Behavioral Medicine*, septembre 2012, les coups et les insultes reçus dans l'enfance accroissent les risques de cancer, de troubles cardiaques et d'asthme à l'âge adulte.

(5) Le 2 juillet 2012 ont paru dans la revue *Pediatrics* les résultats d'une importante étude sur les effets des punitions corporelles. Cette étude, menée aux Etats-Unis auprès de 34 653 adultes âgés de 20 ans et plus par une équipe de chercheurs canadiens, a porté uniquement sur les fessées et châtimets corporels légers. Les sévices sévères, c'est-à-dire ceux qui causent des hématomes ou d'autres blessures, et les sévices sexuels en ont été exclus. Autrement dit, il s'agit bien des effets de la violence éducative ordinaire telle qu'on l'entend au Canada et en France. Or, il résulte de cette étude que les personnes ayant reçu des fessées et d'autres mauvais traitements physiques ne relevant pas de la « maltraitance grave » ont entre 2 et 7 % de risques supplémentaires de présenter à l'âge adulte des pathologies mentales allant des troubles du comportement aux troubles de la personnalité et aux maladies mentales graves, en passant par la dépression et les problèmes d'alcool ou de drogue.

→ sans en avoir la moindre conscience, la capacité de résistance des enfants aux maladies, ainsi que leur système digestif, voire leur croissance. Mais les effets de la violence éducative ne s'arrêtent pas là. Le traumatisme s'inscrit dans notre génome à travers les modifications épigénétiques des gènes récepteurs et peut se perpétuer sur au moins trois générations⁽⁷⁾ ; les chercheurs ont aussi observé que les femmes ayant subi des violences dans leur enfance ont un risque trois fois supérieur aux autres d'avoir un enfant autiste⁽⁸⁾.

Pourtant, la nature humaine est bonne !

Les études scientifiques menées sur les enfants prouvent qu'ils sont animés, dès leur plus jeune âge, d'une prédisposition innée à la vie sociale. Ils sont doués pour l'attachement, l'imitation, l'altruisme et l'empathie. Au cours de ses expériences, Felix Warneken⁽⁹⁾ a montré qu'un enfant de 18 mois qui voit quelqu'un laisser tomber malencontreusement un objet s'empresse de l'aider à le ramasser, spontanément, sans en attendre quoi que ce soit en retour. La théorie des pulsions a malheureusement fait beaucoup d'émules en France, alors qu'elle s'est beaucoup moins répandue dans la plupart des autres pays du globe. Heureusement, elle est de plus en plus remise en cause⁽¹⁰⁾. Il est bien possible que l'égoïsme soit une compétence acquise !

Un enfant qui n'est pas frappé ne frappe pas à son tour

Pourquoi les parents frappent-ils leurs enfants ? Parce que nous avons une aptitude innée à l'imitation : les neurones miroirs enregistrent tous les comportements que nous observons et nous préparent à les reproduire. Un enfant frappé apprend à frapper, un enfant humilié apprend à humilier, un enfant négligé apprend à négliger. Il apprend même pire que cela : à agir ainsi →

(6) Selon l'étude menée par Patrick O McGowan, Aya Sasaki, Ana C D'Alessio, Sergiy Dymov, Benoit Labonté, Moshe Szyf, Gustavo Turecki et Michael J Meaney, publiée dans la revue *Nature Neuroscience* le 22 février 2009, la maltraitance dans l'enfance, à travers le stress induit, modifie l'expression des gènes régulant les récepteurs aux glucocorticoïdes dans l'hippocampe et accroît le risque de suicide.

(7) D'après l'étude menée par N. Perroud, A. Paoloni-Giacobino, P. Prada, E. Olié, A. Salzmann1, R. Nicastro, S. Guillaume, D. Mouthon, C. Stouder, K. Dieben, P. Huguelet, P. Courtet et A. Malafosse, universités hospitalières de Genève (Suisse) et de Montpellier (France), publiée dans *Translational Psychiatry*, le 13 décembre 2011, le traumatisme (maltraitance ou négligence physique ou psychologique, abus sexuel) s'inscrit dans notre génome à travers les modifications épigénétiques des gènes récepteurs et peut se perpétuer sur trois générations (ou plus, l'étude ayant porté sur trois générations seulement)



→ envers plus faible que lui. C'est donc l'éducation qui pervertit les aptitudes innées des enfants : c'est ainsi que l'imitation des comportements violents génère la violence, l'attachement se transforme en sadisme (celui qui aime fait mal), et l'altruisme en égoïsme. Les tueurs en série ont presque toujours eu des enfances épouvantables, ils ont perdu toute capacité d'empathie, et les génocides sont commis dans des pays où la violence éducative est forte. Alors qu'un enfant qui n'est pas frappé ne frappe pas à son tour.

Changer de regard

La difficulté pour nous, parents, une fois que nous avons compris que la violence physique ou psychologique n'est pas une bonne option, c'est de nous défaire de nos automatismes pour mettre en place d'autres comportements. D'autant qu'en général, la violence que nous infligeons est la conséquence spontanée, automatique, d'une colère de « débordement » que nous ressentons quand nous nous sentons dépassés. Un vieil ami médecin appelait ses enfants « mes amis » (ce qui ne l'empêchait pas d'exercer son rôle de parent, de guide, mais toujours avec bienveillance, avec humanité). Au moins pour les regarder autrement, ne serait-il pas intéressant de considérer nos enfants comme nos amis, ne sont-ils pas au moins des amis si l'on

se réfère à l'intensité d'amour que nous ressentons pour eux ? Accepterions-nous que nos meilleurs amis nous traitent comme nous traitons parfois nos enfants, « pour notre bien » et traiterions-nous ainsi nos meilleurs amis, en leur infligeant fessées, moqueries et humiliations ?

Pour mettre fin au cycle de la violence, nous sommes invités à changer notre regard sur nos enfants, ce qui nous oblige presque automatiquement à regarder l'enfant que nous avons été et à prendre du recul face à ce que nous avons vécu. Ce retour sur soi peut être déroutant, inconfortable, mais, comme le dit Thomas d'Ansembourg, « être heureux, ça n'est pas forcément confortable ! ».

« Pour mettre fin au cycle de la violence, nous sommes invités à changer notre regard sur nos enfants, ce qui nous oblige presque automatiquement à regarder l'enfant que nous avons été »

Pourquoi voter une loi contre la fessée

80 à 90 % des enfants ont subi des violences à un âge où ils ne pouvaient pas remettre en question leurs parents, parce qu'ils en étaient totalement dépendants, physiquement

et psychologiquement. Ils ont appris qu'on pouvait leur faire du mal « pour leur bien », ils ont intégré les violences reçues qui sont devenues des réponses automatiques, physiologiques. Il leur faut donc une autorité plus forte pour y mettre fin : celle de la loi. D'autant que la maltraitance est la pointe émergée de l'iceberg de la violence faite aux enfants : plus on admet la violence ordinaire, plus la maltraitance se développe. C'est flagrant : en Suède, par exemple, depuis l'application de la loi contre les violences faites aux enfants, il n'y a quasi plus de décès par maltraitance. En France, deux enfants meurent chaque jour des violences infligées par des adultes, le plus souvent de leurs parents⁽¹¹⁾. ●

(8) Selon l'étude menée par Andrea L. Roberts, Kristen Lyall, Janet W. Rich-Edwards, Alberto Ascherio, Marc G. Weisskopf, Harvard School of Public Health, parue dans la revue spécialisée *JAMA Psychiatry*, 2013, les femmes ayant subi des violences dans leur enfance ont un risque accru (environ trois fois supérieur) d'avoir un enfant autiste.

(9) Felix Warneken, chercheur en psychologie à l'Institut Max Planck d'anthropologie évolutionniste, a montré, dans une étude allemande, publiée dans la revue *Science*, que l'altruisme se fait jour chez l'enfant dès 18 mois.

(10) En 1896, Freud avait eu accès à deux courants de pensée. La première école démontre la fréquence des agressions sexuelles sur les enfants et la rareté des inventions enfantines de ce type. L'autre école affirme que les viols sont rares et ne sont souvent que le fruit de l'imagination des enfants.

(11) Pendant cinq ans, l'INSERM a réalisé une enquête sur les décès suspects d'enfants de moins d'un an dans les hôpitaux et les tribunaux de trois régions françaises – le Nord - Pas-de-Calais, l'Île-de-France et la Bretagne –, représentant un tiers des naissances en France. Ce travail de terrain a conclu à une sous-évaluation considérable des infanticides dans les statistiques officielles. En extrapolant les résultats, Mme Tursz aboutit au chiffre de 400 à 800 homicides de mineurs par an. Soit près de deux enfants en moyenne qui meurent chaque jour de violences infligées par des adultes, en général leurs parents. « Beaucoup de morts d'enfants ne font pas l'objet d'investigations suffisantes », estime Mme Tursz. http://www.lemonde.fr/societe/article/2013/06/14/enfants-maltraites-deux-morts-par-jour_3430128_3224.html

LA PROPOSITION DE LOI, C'EST QUOI ?

Article 1^{er}

Les titulaires de l'autorité parentale et les personnes qui s'occupent d'enfants mineurs n'ont pas le droit d'user de violences physiques, d'infliger des souffrances morales ni de recourir à aucune autre forme d'humiliation de l'enfant.

Article 2

Il est indiqué lors de l'union de futurs parents que les titulaires de l'autorité parentale et les personnes qui s'occupent d'enfants mineurs n'ont pas le droit d'user de violences physiques, d'infliger des souffrances morales ni de recourir à aucune autre forme d'humiliation de l'enfant.

Article 3

Il est inscrit dans le carnet de santé de l'enfant que les titulaires de l'autorité parentale et les personnes qui s'occupent d'enfants mineurs n'ont pas le droit d'user de violences physiques, d'infliger des souffrances morales ni de recourir à aucune autre forme d'humiliation de l'enfant.

<http://www.edwigeantier.org/wp-content/uploads/2012/04/pion2971.pdf>





Thierry SAMUEL

© Thierry Samuel

DE LA SOUFFRANCE DE L'ENFANT À LA JOIE D'ÊTRE SOI

AVEC GUY CORNEAU



© Guy Corneau

Il est rare qu'un thérapeute expose sa vulnérabilité. C'est pourtant ce qu'a osé faire Guy Corneau lors du congrès consacré à l'attachement, l'empathie et les violences éducatives(*). Il a touché tout son auditoire. En écoutant son histoire personnelle, chacun a relu la sienne et y a trouvé un écho. Ce fut aussi, pour certains auditeurs l'occasion d'une reconnaissance de leurs souffrances d'enfant, celles que l'on minimise au prétexte qu'elles n'étaient pas de la grande maltraitance et qu'il y a bien plus grave. L'histoire de Guy Corneau est une invitation à un cheminement personnel nourri par l'espoir que des retrouvailles joyeuses avec soi sont possibles...

(*) Congrès du 20 octobre 2011, après lequel il a répondu à nos questions. Article déjà publié dans *L'Enfant et la Vie* n°169 - janvier 2012.

Guy Corneau a grandi auprès d'une mère dépassée par les naissances rapprochées de ses enfants. Sa colère rentrée d'enfant était si forte qu'il craignait qu'elle détruise la relation avec sa mère et avec les autres. Alors il la gardait en lui, sans pouvoir l'éliminer. Adulte, il a subi des crises de colite ulcéreuse aiguë qu'il a longtemps soignées par la cortisone. Le colon est un organe d'élimination, explique-t-il. Il a compris le message, il s'est soigné autrement. Alors qu'il se croyait libéré, il a découvert qu'il était atteint d'un cancer de stade IV. Son chemin de guérison a été l'occasion de nouvelles découvertes et d'un travail thérapeutique plus profond encore que par le passé.

Comment se développe l'enfant abusé ou maltraité ?

L'enfant qui subit des coups (fessées, gifles, tapes), des menaces, punitions, manipulations ou culpabilisations développe un « soi de survie » qui s'interpose entre l'inconscient et le « soi profond » et en interdit les manifestations. Car être soi, quand on reçoit ce type d'éducation, semble bien trop dangereux. C'est donc le « soi de survie » – l'image que peuvent accepter les parents – qui tient les rennes. L'enfant maltraité comprend l'agresseur bien mieux que lui-même, c'est pourquoi il a beaucoup de difficulté à mener sa vie à lui. Une telle enfance fait perdre le contact avec son cœur et ses tripes. Souvent, ces enfants trouvent refuge dans le mental. Le « soi de survie » est extrêmement difficile à défaire.

Guy Corneau témoigne qu'il ne s'en était pas encore libéré alors qu'il était déjà psychanalyste.

Guérir de la violence

Guy Corneau s'est investi dans deux activités libératrices : le théâtre et la poésie qui l'ont →

« L'enfant maltraité comprend l'agresseur bien mieux que lui-même, c'est pourquoi il a beaucoup de difficulté à mener sa vie à lui »



© Jean-François Serot

→ beaucoup aidé car ces arts lui permettaient d'exprimer des sentiments forts. Et puis il a développé sa spiritualité. Ce n'est pas pour lui l'appartenance à une religion mais la pratique d'un regard qui permet de voir les choses à un autre niveau : il a alors compris et accepté que, sans doute, il avait été attiré par cette famille là, qu'il était arrivé sur la terre avec des bagages et qu'il avait choisi ce milieu pour se libérer de quelque chose. Quelles attitudes peuvent aider l'enfant victime ? Faire preuve de bienveillance envers lui, l'accueillir chaleureusement pour lui montrer que l'amour existe, qu'il est possible.

Il faut aussi apprendre à s'aimer, autrement dit respecter ses qualités et ses talents et s'aimer un petit peu pour commencer, car les enfants victimes de violences aiment leurs parents et ne s'aiment pas eux-mêmes.

Pardonner à nos parents ?

Bien souvent, les parents nient la violence donnée. Alors que faire ? Pardonner ? Pas forcément. Pour Guy Corneau, ce qui est en jeu c'est la reconnaissance, pas le pardon. Il faut se faire à l'idée que le parent restera, le plus souvent, dans le déni. Guy Corneau a tenté de parler à sa mère, en vain car ces discussions la mettaient dans des états épouvantables. C'était intolérable pour elle d'entendre ce qu'il lui disait. Ensuite, il fallait la consoler encore et encore... Guy Corneau remarque que les mères abusives ont sans cesse besoin d'être assurées que leurs enfants les aiment. Aujourd'hui, il a de la compassion pour la sienne. Il ne se sent ni supérieur ni inférieur. Il a compris qu'un jour, le passé fait partie de soi, ce ne sont plus nos parents qui sont responsables, c'est à nous d'agir. La guérison pour lui, ça a été de trouver son moi profond, son unité. Aimer sa mère, cela lui a pris quarante-cinq ans, reconnaît-il. L'expérience qu'il a vécue auprès d'elle lui permet de choisir autre chose pour sa vie. ●



© Yoann Lambert

GUY CORNEAU

Guy Corneau est psychanalyste jungien, chroniqueur, formateur et conférencier. Il est aussi auteur de pièces de théâtre et de best-sellers tels que : "Père manquant fils manqué" aux éditions de l'homme en 1989, "N'y a-t-il pas d'amour heureux", éditions Robert Laffont 1997, "La guérison du cœur", éditions de l'homme, 2000, "Victime des autres, bourreau de soi-même", éditions Robert Laffont, 2003, "Le meilleur de soi", éditions Robert Laffont, 2007, et le tout dernier qui relate son histoire depuis son cancer diagnostiqué à un stade très avancé: "Revivre", éditions de l'homme, janvier 2011.

« Ce qui est en jeu
c'est la reconnaissance,
pas le pardon »



DEVENIR HOMME

Aujourd'hui

REGARDS CROISÉS DE SEPT HOMMES QUI OSENT L'AUTHENTICITÉ

Les modèles masculins s'émousent, James Bond ne fait plus tellement rêver et de nombreux hommes se libèrent du fardeau de la toute puissance (qui peut rimer avec violence) pour chercher une façon d'être qui leur est propre. La fin des stéréotypes vaut pour les femmes aussi : nous vivons une époque formidable pour nous autoriser à devenir ce que nous sommes au fond de nous, si nous en avons le goût !

La révolution la plus profonde est celle qui prend place dans le cœur d'un individu. Elle est le fruit d'une décision personnelle d'explorer sa sensibilité et de se connaître pour trouver la liberté et le bonheur. Elle consiste à devenir complètement responsable de soi-même.

Guy Corneau, psychanalyste et auteur.

« **D**evenir homme, pour moi, c'est sortir de l'enfance, de l'adolescence et des périodes d'expérimentations insouciantes pour parvenir à une certaine forme de maturité », analyse Nicolas. Se sentir suffisamment libre pour être capable de prendre des décisions sans ses parents et acquérir la conscience que la vie est fragile, et par là la conscience que « je suis un homme à l'égal de tous les autres (hommes et femmes) que porte cette terre, ni plus ni moins ».

Se prendre pour qui on est, ni supérieur ni inférieur, finalement, non ? Xavier confirme : « c'est quitter progressivement l'image que je croyais devoir donner pour m'accepter et prendre confiance en moi ». « C'est sortir de la volonté orgueilleuse d'être indépendant, qui me met à distance des autres, pour me rapprocher de moi, ce qui me rapproche automatiquement des autres », confie Julien, qui s'est rendu compte que l'esprit de compétition et la volonté de réussir ne l'aidaient pas à être en lien avec les autres.

« Ça ne se fait pas seul, poursuit Thomas, mais en relation avec une femme, qui est constructrice de la personnalité de son partenaire, et inversement. Nous sommes des miroirs l'un pour l'autre ». Le mythe du guerrier dominateur, froid et solitaire semble bien loin. →





 mochipictures

 PHOTOGRAPHES MADE IN HAUTES-ALPES

© François Mochi

L'AVENTURE INITIATIQUE DES NOUVEAUX GUERRIERS

Pour Robert Bly (poète américain né en 1926), inspirateur du « ManKind Project » (MKP), les mythes mis en pratique dans des rites de passage des sociétés anciennes sont aussi importants pour les êtres humains que l'instinct pour les animaux. Faute de rite, immaturité persistante et manque de sens des responsabilités feraient le lit de la délinquance,

la dépression, le manque de vue et de droiture dans la politique ou les affaires. L'Aventure Initiatique des Nouveaux Guerriers se présente comme le « voyage du héros », un processus d'initiation et d'auto-évaluation d'un week-end adapté à notre culture, conçu pour catalyser le développement d'une masculinité saine et mature. Dans les tribus anciennes,

l'initiation sert à former des guerriers capables d'assurer la survie du clan. L'Aventure Initiatique des Nouveaux Guerriers poursuit l'idéal d'un monde où tous les hommes sont en relations fraternelles les uns avec les autres. Il s'agit d'une quête de l'intime, un combat qu'on se livre à soi-même pour explorer les territoires de la masculinité, se confronter à ses peurs, ses limites et ses croyances pour

se réapproprier sa puissance et la mettre au service du monde. Des hommes de tous les âges se lancent dans l'aventure, et le MKP propose mêmes des initiations Père-Fils. Pour en savoir plus : <http://www.mkpef.org/> C'est sans doute l'une des voies possibles pour se réconcilier avec soi, mais évidemment pas la seule. Autant d'hommes, autant de

chemins ! D'autant que la vie se charge parfois elle-même de nous faire vivre des initiations.

.....
 Et pour les femmes ? Des processus initiatiques existent aussi pour celles qui aspirent à les vivre, inspirés par d'autres sources : Sacrée Femme™, Woman Within, Woman in Power, entre autres.

→ Virilité et vulnérabilité

« Je sens ma vulnérabilité, ma fragilité, quand j'accepte de faire évoluer mes choix, mes goûts, poursuit Xavier. Ça me rend plus solide car, ensuite, je suis plus sûr de mes choix. Chaque fois que j'accepte d'ouvrir ma carapace pour aller vers des choses nouvelles, je me renforce intérieurement ».

Et la virilité, dans tout ça ? « La virilité, c'est le modèle de mon père, objecte Stéphane : il essaie d'être dominateur, veut paraître dur, n'écoute pas réellement, croit avoir raison et n'accepte pas de se remettre en cause. Résultat, aujourd'hui, il est dépressif et ne fait pas le lien entre son comportement, ses difficultés psychologiques et ses angoisses récurrentes ».

« Ce que je nourris, c'est ce qui grandit. Je suis le premier à bénéficier de ma bienveillance. »

Pascal ne se retrouvait pas non plus dans le modèle froid et dur de son père. Alors, pendant longtemps, il a mis les femmes sur un piédestal. Il n'appréciait guère la compagnie des autres hommes et avait tendance à se poser en rival. En faisant l'Aventure Initiatique des Nouveaux Guerriers (cf. encadré), il a travaillé sa relation à son père et se sent désormais vraiment à l'aise dans les groupes d'hommes. Être un homme aujourd'hui, pour lui, c'est avoir accepté ses polarités féminine et masculine pour trouver l'équilibre, son équilibre. C'est aussi avoir conscience qu'il peut s'approprier et développer différentes facettes des images de la masculinité⁽¹⁾.

Devenir homme : un chemin vers soi

Il y a sans doute autant de chemins que d'êtres humains. Certains passent par des périodes chaotiques alors que d'autres se construisent progressivement, tranquillement, presque sans à-coups. Après une crise existentielle profonde entre 29 et 33 ans, Julien s'est retrouvé grâce à la méditation, puis à travers des voyages, des rencontres, des thérapies et des lectures. Thomas s'est également investi dans une psychothérapie pour se sentir bien dans sa peau et dans sa vie. Pour Stéphane, l'expérience du management en entreprise est un bon terreau d'évolution. Les difficultés de démarrage ont été des facteurs de croissance. « À mon sens, les options que nous prenons doivent nous faire grandir. » →

(1) L'Amant capable de ressentir ses émotions et de créer des liens, le Guerrier qui s'engage et se met au service des autres, le Magicien dans sa force d'introspection et sa capacité d'écoute et, enfin, le Roi qui, dans sa sagesse, honore, valorise et protège - archétypes qui sont travaillés au sein du « Mankind Project ».

TÉMOIGNAGE

UNE AVENTURE PERSONNELLE QUI AMÉLIORE LA COMMUNICATION AVEC LES AUTRES

« J'ai été élevé par une mère étouffante (...), je suis devenu père à 24 ans, Nouveau Guerrier à 30, pendant une période de grand changement personnel. J'y suis allé pour grandir et me confronter à la masculinité. Au-delà de mon changement personnel vers plus d'authenticité et de confiance, l'AING m'a ouvert la voie d'un nouveau mode de communication avec les miens. Régulièrement, nous nous réunissons tous les quatre : ma femme, mon fils, ma fille et moi-même et, sous la forme d'un conseil, nous pouvons tout partager, ce que nous ressentons, nos envies, nos colères, nos peurs, notre gratitude. Nous parlons sans considération des rôles de chacun dans la famille. C'est un moment sacré dont les effets sont retentissants. Les Guerriers m'ont transmis cela : sois authentique, sois entier, et toute la profondeur du monde sera à ta portée. Aujourd'hui, cette profondeur, je la vis chaque jour avec les miens, autour du feu placé au milieu de mon appartement parisien. C'est le feu du partage de ce que nous sommes vraiment. » ● PIERRE-MICKAËL

<http://www.mkpef.org/inscription/temoignages>

→ *Les positions managériales faciles ne fonctionnent pas. J'essaie de sortir des idées toutes faites, d'être pragmatique en élevant ma pensée. Les solutions différentes sont plus engageantes, elles prennent plus de temps aussi, mais j'assume ce choix* », analyse-t-il.

Et pour Alain comme pour Sébastien, c'est la spiritualité qui a tout changé. « *Il n'y a rien de plus précieux que de se sentir précieux aux yeux de quelqu'un ; c'est ce qui construit le plus, ce qui donne confiance pour exister et oser* », témoigne Sébastien.

Ayant trouvé « son rocher », son appui, il a pu se mettre à oser, à accepter ses échecs et prendre ses responsabilités... avec amour.

Cette indulgence envers soi permet peut-être de ne pas basculer de la confiance et la responsabilité vers l'illusion du pouvoir et de la performance à tout prix. Car si Julien se montre particulièrement accueillant et compréhensif avec les enfants, il constate que la bienveillance est d'abord un outil pour se sentir bien. « *C'est une façon d'être en relation qui m'est bénéfique. Je vois bien que ce que je cultive, c'est ce qui pousse. Ce que je nourris, c'est ce qui grandit. Je suis le premier à bénéficier de ma bienveillance, même si ça reste plus facile d'être bienveillant avec les autres qu'avec moi-même* ». Une conclusion que de nombreuses femmes ne renieraient pas pour elles-mêmes, tant, l'amour de soi n'est ni affaire de sexe, ni de genre. ●



© Yoann Lambert



Les groupes de parole d'homme, avec Guy Corneau et Jérôme Sebben : un sujet à explorer sur le site parentsaparents.fr/reseauxhommes

« Il n'y a rien de plus précieux que de se sentir précieux aux yeux de quelqu'un ; c'est ce qui construit le plus, ce qui donne confiance pour exister et oser »



COMMENT
*Je suis
devenu père*

CINQ PAPAS RACONTENT LA NAISSANCE DE CE LIEN

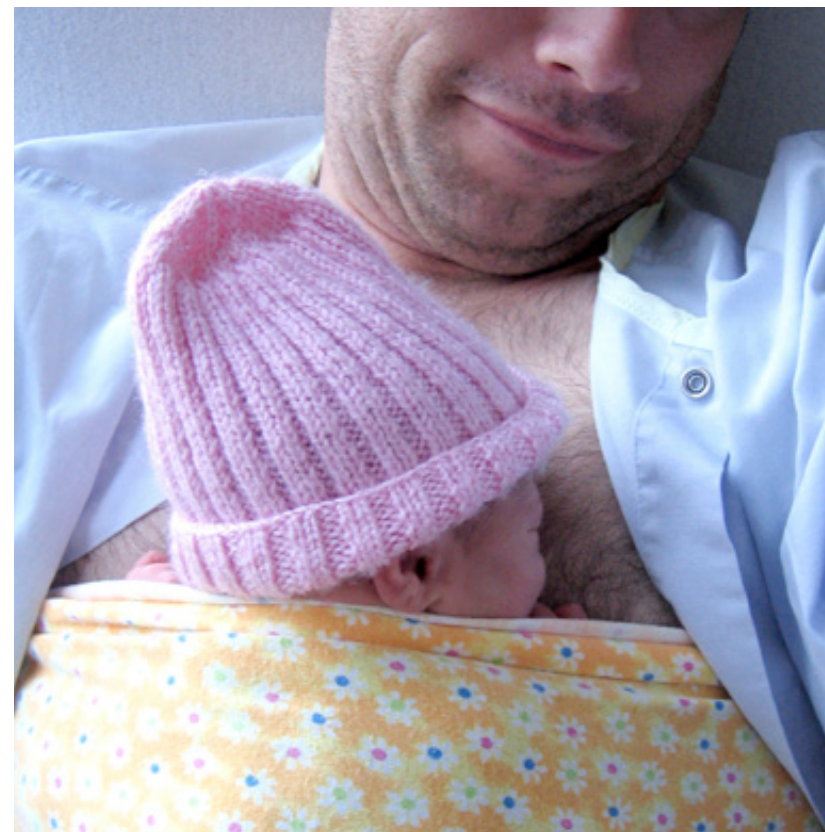
Thierry SAMUEL

Être père est peut-être affaire de désir, souvent de cheminement, et sans doute encore plus de lien : un lien qu'on tisse entre deux êtres, et qui vous change à jamais.

Thomas s'est senti père dès le résultat positif du test de grossesse. « *ça m'a rendu super heureux* », se remémore-t-il. « *Je me souviens parfaitement bien du moment où Fanny et moi avons décidé de faire un enfant, et j'ai alors ressenti toute l'importance de cette décision pour ma vie future, le fait qu'il n'y avait pas de marche arrière possible, qu'il s'agissait un engagement total – exprimé ainsi, ça à l'air grave, mais j'y pense avec beaucoup de bonheur...* »

Peau contre peau, et le lien est là

Ensuite, ça n'a été « que du bonheur » : après une grossesse sans soucis, qui a permis de construire la relation sereinement, c'est lui qui a recueilli sa fille à la naissance (une naissance qui s'est déroulée à la maison avec une sage femme). Il était confiant. En tenant sa fille, Thomas a senti que le lien était là, déjà, dans toute son intensité et dans toute sa puissance. Et quel bonheur il a ressenti la première fois qu'il est sorti dans la rue avec son bébé dans les bras ! : « *C'était une joie immense !* » se souvient-il. L'expérience s'est renouvelée à la naissance de son deuxième enfant. Cette fois, la petite est arrivée juste avant la sage femme. C'est donc lui qui a accompagné sa femme. Il était fier et heureux d'avoir vécu cette belle aventure dans leur intimité à tous les trois, dans des conditions qui ont sans doute, elles aussi, favorisé l'émergence de ce lien instantané.



© Fabienne Glazewski

Pour Bruno, le lien s'est également tissé immédiatement et naturellement. Avec Emmanuelle, sa compagne, il avait suivi une préparation à la naissance en haptonomie. À la naissance du bébé, comme l'expulsion du placenta était longue et compliquée, c'est Bruno qui a pris le nouveau-né contre lui, en peau à peau. « *Je ne savais pas quel était son sexe, et je ne me suis même pas posé la question. J'ai repris les chants d'haptonomie que nous avions entonné et senti que le lien était là, déjà. C'était très doux, nous étions très unis, et à partir de ce moment là, mon rôle de père s'est construit naturellement dans la relation à trois* ». Et puis il y a ce premier regard, cette intensité, cette profondeur insondable qu'on sent dans les yeux d'un nouveau-né. « *ça m'a ému* », confie Cédric. C'est dans ses yeux là, que je me suis senti papa. ➔

Il arrive que ce lien puissant se construise autrement, dans l'absence plutôt que dans le quotidien. Sébastien et Isabelle ont perdu leur premier enfant en cours de grossesse, avant d'en avoir deux autres, bien vivants. « C'est lui qui m'a fait père », analyse Sébastien.

« J'ai compris que nous avons déjà en nous tout ce qu'il faut, la sensibilité nécessaire pour comprendre notre enfant et trouver les bons gestes, les bonnes attitudes ».

→ Quelques fois, il semble que c'est l'enfant lui-même qui tisse le lien : Nicolas s'est vraiment senti père quand son bébé a réagi face à lui. C'est cette attention particulière à ce qu'il était, cette reconnaissance qui l'a fait père. Xavier, de son côté, se sentait un peu paniqué à la fin de la grossesse de sa femme : il avait peur de ne pas être à la hauteur, de ne pas être capable d'épauler sa femme dans cette nouvelle aventure et de ne pas trouver les solutions aux multiples problèmes du quotidien.

Quand un autre père transmet la confiance

Et finalement, c'est une rencontre avec un autre papa qui l'a apaisé. Nicolas portait sa fille de trois semaines dans ses bras, visiblement heureux d'être avec son bébé. Xavier s'est approché, les deux hommes ont échangé quelques mots et Nicolas lui a proposé de prendre le bébé dans ses bras à lui. Alors, instantanément, Xavier s'est apaisé et a pris confiance. « J'ai compris que nous avons déjà en nous tout ce qu'il faut, la sensibilité nécessaire pour

comprendre notre enfant et trouver les bons gestes, les bonnes attitudes. La difficulté reste de faire le tri entre ce bon sens inné (probablement enfoui plus profondément pour les hommes) et les exemples engrangés pêle-mêle dans notre mémoire. Oui, clairement, cette rencontre, qui est arrivée au moment où j'étais prêt, a changé ma vision de la paternité, m'a changé. Finalement, devenir père, c'est accepter ce changement ».

Quelques semaines plus tard, son fils est né. Comme sa femme a eu une chute de tension à la naissance, « Je l'ai eu contre moi pendant ses trois premières heures, pour mon plus grand bonheur. Tout d'abord, j'étais désolé pour ma femme, car après près de quinze heures de travail, elle ne pouvait même pas serrer son enfant contre elle. J'ai donc pris la responsabilité de transmettre à mon fils l'amour maternel qu'il aurait dû recevoir. Puis je me suis dit que j'avais le droit d'exister en tant que père, et que c'était le moment de démarrer cette relation père-fils si particulière. J'ai donc créé une bulle autour de nous, et j'ai plongé dans cette émotion sans aucune retenue. Quand j'ai rendu mon fils à sa mère, trois heures après, j'étais devenu père ». ●



© Magaïe Regnier

ÊTRE PÈRE :
MAIS QUE VIENNENT FAIRE
NOS PROPRES PARENTS

DANS LES LIENS
QUE NOUS TISSONS
AVEC NOS ENFANTS ?



Avant de devenir parents, on se projette, on a des idées, on fait des choix. On ne veut surtout pas reproduire ce qu'on a vécu, ou, inversement, on tient à préserver les valeurs familiales. Bref, on a des principes. Ensuite, on a des enfants...

« **A** rgh, je suis en train de faire mon père », réalise Bruno alors qu'il est confronté à sa fille de six ans. Ce père là n'était pas particulièrement violent, mais il avait des principes auxquels il tenait dur comme fer. Bruno aimerait bien ne pas reproduire ses façons de parler, mais il arrive encore que ce soit irréprouvable !

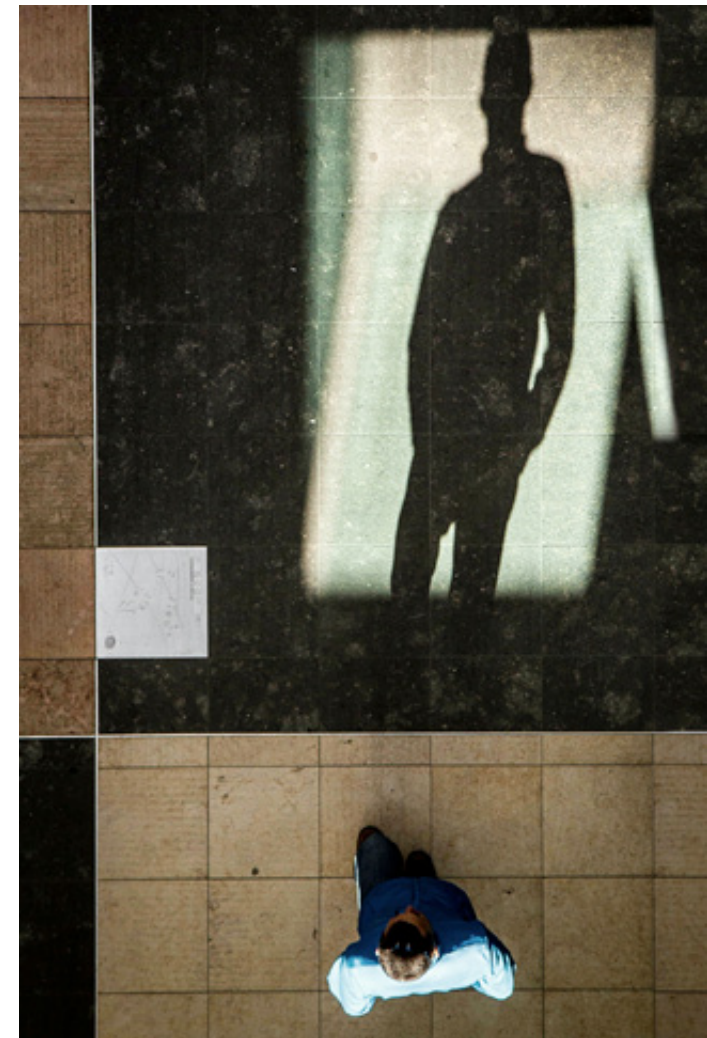
Réactions impulsives

La violence intérieure qu'il ressent parfois n'est pas un principe éducatif, c'est « du débordement », une réaction automatique, presque logique si on considère, comme l'explique Per Isdal^(*), psychologue norvégien, qu'elle est une réponse à notre sentiment d'impuissance. Cette réaction est d'autant plus forte que nous avons, nous-mêmes, reçu une éducation violente (cf. l'article d'Olivier Maurel). Ça n'est évidemment pas qu'une affaire de père : hommes autant que femmes y sont confrontés. Xavier, père d'un bébé de huit mois, témoigne : « j'ai eu, et j'ai encore des réactions épidermiques plutôt violentes lorsque je suis très fatigué, et que je ne comprends pas. Mais elles diminuent progressivement et j'arrive presque à les endiguer maintenant. C'est ma femme qui m'a donné la clé, en m'expliquant qu'un enfant en souffrance a besoin d'attention. Cependant, donner de l'attention ne veut pas dire tout laisser passer, ça veut dire prendre le temps d'essayer de comprendre et tenter de trouver la solution adaptée ».

« Pleure mon fils, ça fait du bien », disait le père de Nicolas à son fils, qui accueille maintenant avec la même facilité les larmes de ses propres enfants. Pour Pierre, qui s'est entendu répéter toute son enfance qu'il fallait retenir ses larmes « pour être un homme », c'est plus compliqué. « Accepter les pleurs de mon bébé est loin d'avoir été facile, explique Xavier. Il m'a fallu réaliser qu'un bébé pleure avant tout lorsqu'il est en souffrance, et que cette souffrance, indépendamment de sa cause, n'est pas, a priori, soulagée par l'indifférence. Il m'a fallu me mettre à sa place, essayer de le comprendre, faire mienne sa fragilité, et trouver comment apaiser sa souffrance. Ce travail m'a pris plusieurs mois... »

Construire une relation apaisée avec ses enfants

Faire face à ses peurs, ses besoins et ses limites, ne pas s'enfermer dans des stéréotypes, ou bien connaître les étapes de développement des enfants, qu'est ce qui aide les pères à construire une relation harmonieuse avec leurs fils et leurs filles ? Nous n'arrivons pas tous égaux au stade de la parentalité. Pour Thomas, s'occuper de ses enfants va de soi. La paternité n'a pas réveillé de douleurs d'enfant : il a été élevé sans violence et avait déjà réglé pas mal de motifs de difficultés en thérapie avant d'avoir ses filles. En outre, il sait que sa compagne, très sensible à la violence, lui servirait de garde-fou s'il se laissait déborder. →



© Yoann Lambert

(*) Per Isdal, psychologue norvégien et thérapeute à Alternativ till vold – Alternatives à la violence –, un centre d'accueil pour hommes ayant maltraité des femmes.

→ Pierre, de son côté, avait reçu une éducation stricte qu'il pensait reproduire avec son fils. Il avait donc décidé de laisser pleurer son bébé pour qu'il fasse ses nuits. Mais une fois son petit né, son regard a changé : instinctivement, il s'est laissé guider par l'empathie spontanée et l'amour qu'il ressentait pour son bébé. Dans un second temps, il a pris conscience que ce qu'il avait reçu n'était pas « un bon modèle éducatif pour devenir un homme ». Alors, depuis, il se laisse guider par son instinct de père.

La bienveillance, fruit de la liberté

Bruno, quant à lui, est devenu père à 47 ans ; il relie sa sérénité et son attitude bienveillante à son expérience professionnelle et personnelle, qui lui a donné un certain recul. Il n'avait plus à faire ses preuves dans son travail quand sa fille est née, et cette pression professionnelle limitée lui a permis de prendre le temps de s'occuper de sa famille. Il n'a pas non plus senti de pression de la part de sa famille : ses parents avaient déjà huit petits enfants et avaient appris à ne pas s'immiscer dans leur éducation. Et comme il n'y avait encore jamais eu de fille dans sa famille proche (Bruno n'a eu qu'un grand frère qui a eu des fils, et dont les fils ont à leur tour eu des fils), il n'avait aucun modèle de fille auquel se conformer. Bruno se sent donc vraiment libre de construire ses relations avec ses enfants comme il l'entend, et quel plaisir il y prend !

La bienveillance, fruit de l'expérience

Pour Farid aussi, l'expérience facilite les choses, mais elle est d'une autre nature : « *il y a toujours eu des enfants autour de moi. Dans la maison où j'ai grandi vivaient non seulement mes parents, mon frère et mes sœurs, mais aussi mes oncles, tantes, cousins,*

cousines et grands-parents. Il y avait des naissances tous les ans chez nous. Étudiant, j'ai habité chez ma tante. Alors, pour lui rendre service, je m'occupais de mes petits cousins, je les endormais presque tous les soirs ». Quand ses enfants sont nés, il a retrouvé les gestes et les chants, tout naturellement. Il avait l'habitude du bruit, des pleurs, des cris. Pour lui, des enfants remuants sont des enfants vivants !

Devenir père face à son propre père

« *J'ai longtemps cru que les crises de colère de mon père étaient une qualité masculine. Comprendre que c'est un signe de faiblesse, et non une force, a été une révélation pour moi. Aujourd'hui, je procède différemment de mon père, mais j'ai l'impression qu'il ne s'en rend pas compte : il continue à n'en faire qu'à sa tête. D'ailleurs, je garde l'impression d'avoir reçu une éducation où l'on ne m'écoutait pas, me poussant à ignorer ce que je désirais pour mieux vouloir et recevoir ce qu'on me demandait. Aujourd'hui, non sans mal, j'essaie de m'autoriser à écouter mes sensations pour trouver ce que je souhaite réellement et mener ainsi une vie adulte ; et c'est une compétence que j'aimerais transmettre à mes enfants* », explique Nicolas. Les relations que nous avons entretenues avec nos propres parents influencent souvent la façon dont nous nous comportons, une fois adultes. « *J'ai souffert d'un certain désintéressement de la part de mon père, que je sur-compense avec mes enfants* », analyse Sébastien.

Quand les grands-pères s'opposent

Si l'éducation que nous avons reçue nous sert d'étalon pour reproduire ou faire différemment, elle peut poser des soucis dans nos relations avec nos propres parents. Valérie se souvient que son père avait exigé que se tienne un « conseil de famille » pour évoquer l'éducation que son mari et elle donnaient à leurs

filles : il était convaincu que le couple était trop laxiste et que ses petites filles allaient mal tourner; il voulait absolument « *reprenre leur éducation en main* ». Une attitude qui peut amener certains parents à couper, un certain temps au moins, les ponts avec leurs propres parents pour vivre libres. C'est d'ailleurs ce qu'a dû faire Laurent, qui avait reçu une éducation très sévère, faite de fessées et de punitions, et qui ne voulait pas reproduire ce modèle avec son fils. Il voulait inspirer la confiance, pas la peur. Il voulait instaurer un respect mutuel, pas imposer une obéissance aveugle. L'attitude de Laurent était insupportable pour son père qui ne cessait de le critiquer et de lui répéter qu' « *un enfant ça se dresse, surtout un garçon* ». Une fois le contact repris, les relations ne se sont pas améliorées par la suite. Le grand-père a continué à critiquer son fils et suscite encore la méfiance de son petit-fils aujourd'hui. Mais un déclic peut toujours se produire. Un jour, le grand-père réalise que ses petits enfants s'épanouissent sans poser de préjudice à qui que ce soit, ou bien une rencontre, un choc ou un événement fort lui font lâcher prise... Avec nos parents comme avec nos enfants, il n'est jamais trop tard. Pascal et Alain ont reçu des éducations « classiques » qu'ils ont longtemps reproduites, jusqu'à ce qu'ils évoluent profondément. Leur transformation a naturellement eu des impacts sur leur relation avec leurs enfants. Après une discussion authentique, Pascal s'est réconcilié avec son fils. Aujourd'hui, leur complicité est une vraie source de joie. Et pourtant, ni l'un ni l'autre n'auraient osé en rêver il y a dix ans ! ●

LA VIOLENCE ÉDUCATIVE TERREAU POUR LA VIOLENCE CONJUGALE ?

TÉMOIGNAGE

Tout le monde le sait, nos enfants nous imitent, c'est ainsi qu'ils apprennent. Ainsi, un enfant qu'on tape apprend à taper, et un enfant qui voit son père frapper sa mère risque davantage, une fois adulte, de frapper sa femme. Mais un enfant qui endure des violences éducatives a-t-il plus de chance qu'un autre de vivre et d'accepter des violences conjugales ? Valérie témoigne.

Je ne comprenais pas pourquoi cet homme que j'aimais tant, qui pouvait me témoigner tant d'amour et de générosité, pouvait aussi déverser autant de violence.



© Thierry Samuel

Mes parents m'aimaient beaucoup tous les deux et ma mère était tendre, mais mon père était très pointilleux sur les règles, et il pouvait devenir violent quand nous les transgressions.

À quatre ans, je me souviens m'être interposée entre mon père hurlant pour prendre de force ma petite sœur en larmes que ma mère portait dans ses bras : il voulait lui donner une fessée pour la faire taire. Mon père avait la main leste, ceinture et fessées répliquaient à la moindre bêtise d'enfant. Et il nous semblait immense, incontrôlable. Il se déchaînait sur nous puis nous interdisait de pleurer. L'injustice que je ressentais me faisait parfois oublier ma peur : je me revois lui « tenir tête », du haut de mes 6 ans, refusant de baisser les yeux comme il me l'ordonnait... et le faire enrager davantage.

Je ne comprenais pas pourquoi cet homme que j'aimais tant, qui pouvait me témoigner tant d'amour et de générosité, pouvait aussi déverser autant de violence. La dernière fois qu'il a tenté de me « corriger », j'avais 15 ans. Il considérait que ma chambre était une « véritable porcherie ». Je me suis interposée : désormais, je ne l'autorisais plus à me battre et je me défendrai s'il osait me toucher. Il ne m'a plus jamais frappée.

À 17 ans, j'ai rencontré le jeune homme qui est resté mon compagnon pendant huit ans. Cet idylle adolescente m'a amenée en Angleterre où je me suis installée avec lui. Mais s'en est suivi une véritable descente aux enfers : une fois encore, je me retrouvais avec un homme que j'aimais profondément, qui pouvait me témoigner amour et générosité, mais qui avait instauré un climat de peur, d'oppression, et me faisait subir humiliations et mauvais traitements. J'ai fini par comprendre que cette relation amoureuse s'inscrivait dans le

sillage de celle qui m'avait liée à mon père, où amour et violence étaient intimement mêlés. La violence éducative que j'avais reçue pendant mon enfance avait pourri (comme un fruit qui se gâte de l'intérieur) mes relations amoureuses. J'ai eu énormément de mal à m'extirper de cette

relation. Intellectuellement, je savais bien qu'elle était inacceptable, mais, émotionnellement j'étais incapable de rompre. Je suis aujourd'hui intimement convaincue qu'en pratiquant une éducation basée sur la violence, un père peut transmettre à sa fille un modèle de relation homme-femme qui cautionne la violence conjugale. ●



© Gilles Levrier

FAE59



© Yoann Lambert

PÈRE ET FILS :

Quand une dépression sauve la relation

PÈRE & FILS RACONTENT

Les événements qui s'abattent sur nous ont parfois des conséquences inespérées. La dépression de **Guillaume** a été l'occasion d'une triple renaissance : celle de **Guillaume**, celle de **Jean**, et celle de leur relation. Père et fils racontent.

Guillaume « **J'**avais réussi les études que j'avais voulu faire, je faisais le métier que j'avais choisi, j'avais apparemment tout pour aller bien. Mais ma vie amoureuse était compliquée, mon attitude froide et ambitieuse m'empêchait de vivre les relations que j'aurais aimé vivre ». Guillaume avait 30 ans, l'âge où de nombreux d'adultes construisent leur vie, se mettent en couple et s'occupent de leur carrière professionnelle. « J'ai pris un long congé sabbatique, j'ai arrêté de travailler et j'ai tout remis en question ». La traversée du désert va durer cinq ans. →

• Au début, je me suis dit que ce n'était pas mon problème. Mais je ne pouvais pas laisser sombrer le fils que j'aimais.



→ • Jean, le père de Guillaume, se souvient : « J'ai pris conscience progressivement de la dépression de Guillaume. Mon fils était d'une maigreur quasi pathologique, c'était très douloureux pour moi de le voir dans cet état là. Ses postures rigides (crudivovisme, retour à la vie primitive, rejet complet de la société, repli sur soi) amplifiaient son inadaptation au monde et sa détresse. Au début, son comportement m'a agacé. Je me suis demandé ce qui lui prenait, je me suis dit que ce n'était pas mon problème. Mais je ne pouvais pas laisser sombrer le fils que j'aimais. Alors peu à peu, par simple empathie, ses souffrances sont devenues les miennes.

Je me suis demandé pourquoi, comment il en était arrivé là, et je me suis rendu seul responsable de l'ensemble des difficultés de Guillaume. J'ai pensé que je ne lui avais pas donné assez d'amour, ou que je n'avais pas assez témoigné mon amour. Je l'avais mal armé pour affronter l'existence. J'ai cru que mon attitude égocentrique avait provoqué des fêlures telles qu'aux premières difficultés de la vie d'adulte, mon fils avait été brisé. Alors à mon tour, je suis tombé en dépression. Pour surmonter l'épreuve et retrouver un peu d'estime personnelle, j'ai tenté de réparer : ça me semblait être la seule solution.

Jean

• J'ai lu Alice Miller, le concept du continuum, des livres qui m'ont permis de comprendre mais m'ont laissé dans une position de victime impuissante, analyse Guillaume. Puis je suis allé faire un séjour Vipassana (technique de méditation indienne qui consiste à voir les choses telles qu'elles sont réellement) ; la méditation m'a aidé à sortir du piège dans lequel je m'étais mis pour prendre mes responsabilités. J'ai réalisé que j'avais du pouvoir sur le présent même si je portais un héritage qui se manifestait par des sensations désagréables, que, grâce à la Biodanza (cf. article p. 41) j'ai pu accueillir dans la détente. J'ai voyagé, puis, peu à peu, j'ai appris à choisir des choses qui m'aidaient à aller mieux.

Guillaume

Mon père a été d'un grand soutien. Je l'ai vu essayer de m'aider, se décentrer, prendre le temps de m'écouter et se remettre en question : ça m'a fait énormément de bien. →

J'ai tenté de réparer : ça me semblait être la seule solution.



© Valérie Dupin

Jean
Aujourd'hui, nos échanges sont riches et sincères. La relation privilégiée que nous avons construite me rassérène et me valorise, analyse Jean. Nous sommes proches et complices. Je suis heureux d'avoir retrouvé la confiance de mon fils qui sait qu'il peut compter sur moi dans les moments difficiles, même s'ils ravivent à chaque fois en moi un sentiment de culpabilité aussi éprouvant que déstabilisant.

Guillaume.....
Mon père a énormément changé, observe Guillaume. Il s'est mis au bricolage (une activité qu'il n'avait jamais pratiquée), s'implique dans des associations, il voyage, tente de trouver des solutions aux conflits, s'intéresse beaucoup aux autres et prend soin de lui. Il a gagné en vitalité, nos discussions sont profondes et authentiques, je me sens pris en compte. Sa transformation et son ouverture sont très inspirantes pour moi. Quand je pense à ce qu'il était avant, je suis impressionné par le chemin qu'il a parcouru et j'en déduis que moi aussi, j'ai un sacré potentiel d'évolution !

Jean
Je me suis recentré sur l'essentiel, poursuit Jean. Ce qui donne un intérêt et un sens à ma vie, c'est ma relation avec ma femme et mes enfants. Je regrette de ne pas avoir été un meilleur père, mais je suis désormais conscient que je ne suis responsable que d'une partie (même si elle est importante) de l'histoire de mon fils. J'essaie d'évoluer vers davantage de détachement pour ne pas aller mal dès que Guillaume va moins bien, ce qui, en sus, ne l'aide pas. J'espère que notre témoignage incitera tous les parents à prendre encore plus soin de leurs enfants et à les mettre vraiment au centre de leur vie, conclut Jean. ●

J'ai réalisé que, même si je portais un héritage, j'avais du pouvoir sur le présent. ?



© Yoann Lambert



Paul et Sophie ont vécu une naissance heureuse dans la maternité de leur ville. Les premiers soins se déroulant hors de la salle de naissance, Sophie ne pouvait pas y assister. Alors Paul les a filmés.

LES TOUT PREMIERS SOINS DU NOUVEAU-NÉ : UN ACCUEIL PAS TOUJOURS TENDRE

Quand nous avons lancé un appel à témoignage sur la bienveillance et la violence éducative, plusieurs pères ont spontanément évoqué les premiers soins. Quand on pense en termes de bienveillance, il n'y a rien qui soit totalement anodin, surtout pas l'accueil du nouveau né.

Paul et Sophie ont vécu une naissance heureuse dans la maternité de leur ville. Les premiers soins se déroulant hors de la salle de naissance, Sophie ne pouvait pas y assister. Alors Paul les a filmés.

Quelques semaines plus tard, quand il visionnèrent la scène, ils furent tous les deux sous le choc. Le jour de la naissance, Paul n'avait pas vraiment prêté attention à ce qui se déroulait sous ses yeux : l'accouchement s'était bien passé, la mère et l'enfant allaient bien et il était tout à sa joie d'être papa pour la première fois.

Mais là, les jeunes parents voyaient leur tout petit aspiré avec un cathéter, étiré pour être mesuré, examiné, « vérifié sous toutes les coutures ». Sophie était particulièrement choquée par l'image de son bébé hurlant lors de la prise de température dans l'anus : il semblait terrorisé. Leur bébé avait également l'air très stressé par la vérification des réflexes « archaïques ». Paul et Sophie ne se sentaient pas bien, il ont supprimé la vidéo et tenté de l'oublier. →

→ Stéphane, lui aussi, avait filmé la scène des tout premiers soins avec son téléphone mobile. Mais finalement, il a décidé de ne jamais la montrer à sa femme, pour la préserver.

De son côté, Pierre a ressenti beaucoup de culpabilité : il s'en voulait beaucoup de ne pas avoir réussi à protéger son bébé contre ces gestes qui lui semblaient violents. Le simple bruit des machines, la lumière éblouissante, la voix des soignants qui discutaient entre eux à voix forte, toute cette atmosphère lui semblait inappropriée à l'accueil d'un nouveau-né parmi les hommes.

En assistant aux soins, Jérôme s'était senti perdu : il avait l'impression que son tout petit souffrait, alors que pour les professionnels, tout semblait parfaitement normal. Jérôme avait d'abord conclu que les bébés pouvaient être rudoyés et qu'il n'était pas grave de les laisser pleurer, puisque mêmes les professionnels agissaient ainsi à leur rencontre. Puis il s'est ravisé et s'est montré très vigilant vis à vis de toutes les professionnels en contact avec ses enfants. Et il a ardemment souhaité que leur deuxième

Les tout premiers soins constituent la première séparation entre la mère et son bébé.

enfant naisse à la maison afin d'éviter ces soins.

La présence du père à l'accouchement est complètement entrée dans nos mœurs en France, depuis que les accouchements se déroulent à l'hôpital. Les premiers soins arrivent à l'issue d'un sacré événement : la naissance ! Ils constituent la première séparation entre la mère et l'enfant. C'est généralement le père qui suit le bébé avec le personnel soignant pour effectuer les « premiers soins du bébé », qui, dans la majorité des maternités, ont lieu dans une pièce dédiée, où est rassemblé tout l'équipement nécessaire. Des études ont montré que ces soins et tests sont stressants, anxiogènes, voire douloureux pour le bébé : ils font

grimper les taux de cortisol des nouveaux-nés^(*). Le réflexe d'agrippement suscite un stress chez le bébé chaque fois qu'il est déclenché, ce qui peut arriver à de nombreuses reprises lors de ces soins^(**). En outre, au moment de la naissance, tous les sens du nouveau né (odorat, ouïe, toucher, réflexes pour ramper et trouver le sein, et réflexe de succion) sont en éveil, à l'optimum de leur capacité, pour l'aider à téter et à survivre en milieu aérien. Quel est l'impact de l'accueil que nous lui faisons, à ce moment critique, où sa sensibilité est aussi à son maximum ? ●



© Gioia Albano

(*) <http://www.alphagalileo.org/>
<http://www.biologicalpsychiatryjournal.com/>
<http://developingchild.harvard.edu/>
<http://www.ounceofprevention.org/>

(**) Les premières années de la vie constituent une période particulièrement sensible pendant lesquelles un stress chronique peut mener à un dérèglement du système de réponse au stress et peut compromettre le développement du cerveau. Toutes les personnes ne présentent pas les mêmes risques de développer des conséquences neurologiques, comportementales, ou sur la santé induites par le stress vécu dans l'enfance. Il est probable que des facteurs génétiques, des prédispositions émotionnelles et comportementales, un vécu de stress, un soutien social, l'état de santé mentale, l'âge et le sexe jouent un rôle dans la réactivité et la régularisation du stress. Retracer la manière dont les difficultés rencontrées tôt dans la vie se répercutent plus tard sur le développement est le challenge principal de la recherche sur le stress développemental des dix prochaines années. <http://www.child-encyclopedia.com/documents/Gunnar-Herrera-HostinarANGxp.pdf>

EN QUOI CONSISTENT LES PREMIERS SOINS RÉALISÉS APRÈS LA NAISSANCE ?

La pratique de l'« aspiration » est encore systématique dans de nombreuses maternités. Le nouveau né est intubé, un cathéter aspire les glaires des voies respiratoires et digestives.

Prise de la température et vérification de la perforation de l'anus avec un thermomètre anal.

Pesée

Mesures de la taille et de la tête : il arrive qu'on utilise encore une toise. Il faut alors étirer le bébé – qui sort tout juste de la position fœtale, recroquevillée, pour le mesurer.

Vérification des réflexes «archaïques» d'agrippement et de la marche : le bébé est assis, on lui tient les mains puis on les lâche pour voir si le réflexe d'agrippement se déclenche. Pour tester la marche, on soulève le bébé par les mains et on l'incite à « marcher ».

Quand un accouchement se déroule à la maison, en général, seul la pesée est pratiquée, et parfois, seulement le lendemain. Une maman ayant accouché aux Pays Bas nous a dit que son bébé avait seulement été pesé. Dans certaines maternités en France, les premiers soins ont lieu en présence de la maman, qui peut garder son bébé dans ses bras. Tout peut être fait pour limiter le stress du nouveau-né. Réduits à leur maximum, faits avec bienveillance, ces gestes peuvent, au contraire, donner aux jeunes parents l'impulsion de continuer à accompagner leur tout petit dans la tendresse, l'écoute et le respect.

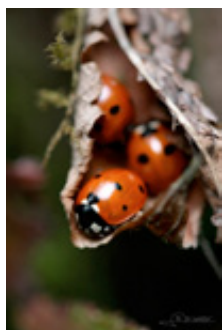




droits reserves FAE59

STOP! SORTIR DU CERCLE VICIEUX DE LA VIOLENCE ÉDUCATIVE

TÉMOIGNAGE



© Jean-François Sérot

Les enfants frappés ne frappent pas forcément à leur tour. Il suffit d'un déclic, qui peut surgir à la lecture d'un livre, dans le sillage d'une rencontre, d'une thérapie, d'une réflexion sur ce qu'on a vécu, ou bien parce que l'un des deux parents n'était pas violent et que c'est celui-là qu'on choisit de suivre... Témoignage.

« **M**es parents n'étaient pas particulièrement violents, mais ils donnaient des raclées quand ils étaient énervés et il y avait un martinet à la maison, se souvient Géraldine.

Je m'occupais souvent de mon petit frère. Et j'agissais sur lui comme on agissait sur moi : je lui donnais des gifles quand il ne faisait pas ce que je lui demandais tout de suite. Un jour, j'avais huit ans, je l'ai griffé accidentellement et il a saigné. Subitement, j'ai réalisé que nous étions sortis du même ventre, que nous n'étions pas différents l'un de l'autre, et que le taper, c'était me taper aussi. Et en même temps, j'ai pris conscience de toute la cruauté de la violence qui s'exerce sur un plus petit. J'ai pris mon petit frère dans mes bras, j'ai fondu en larmes et je lui ai demandé pardon. J'ai mis plus de vingt ans à ne plus m'en vouloir, d'avoir commis cet acte là.

À dix ans, je me disais : celui qui a envie de taper n'a qu'à faire de la boxe ou frapper un égal. Frapper un enfant quand on est adulte, frapper celui qui ne peut pas se défendre, n'est-ce pas pure folie ? Et pourtant, à l'époque, je prenais encore des gifles et des fessés. Pour moins les sentir, je partais me réfugier dans un monde que j'avais créé de toutes pièces, dans ma tête, où j'emportais mon petit frère. À force de me réfugier dans mon monde intérieur, j'étais de plus en plus maladroite, mes parents se moquaient de moi, j'avais mal au ventre tout le temps. Pourtant, mes parents n'étaient pas plus durs que les autres.

L'expérience que j'ai vécue avec mon petit frère a porté ses fruits : quand je suis devenue maman, il ne m'est jamais venu à l'idée de frapper mes enfants. » ●

SILENCE, C'EST MOI QUI CRIE !

REGARDS CROISÉS

« Qu'est ce qu'on crie, ici ! » C'est ce qui a le plus choqué Sylvie quand elle a pris ses fonctions de documentaliste dans un collège de province pourtant réputé « calme ». Les cris sont-ils inévitables, utiles et inoffensifs ? Regards croisés sur ces questions.



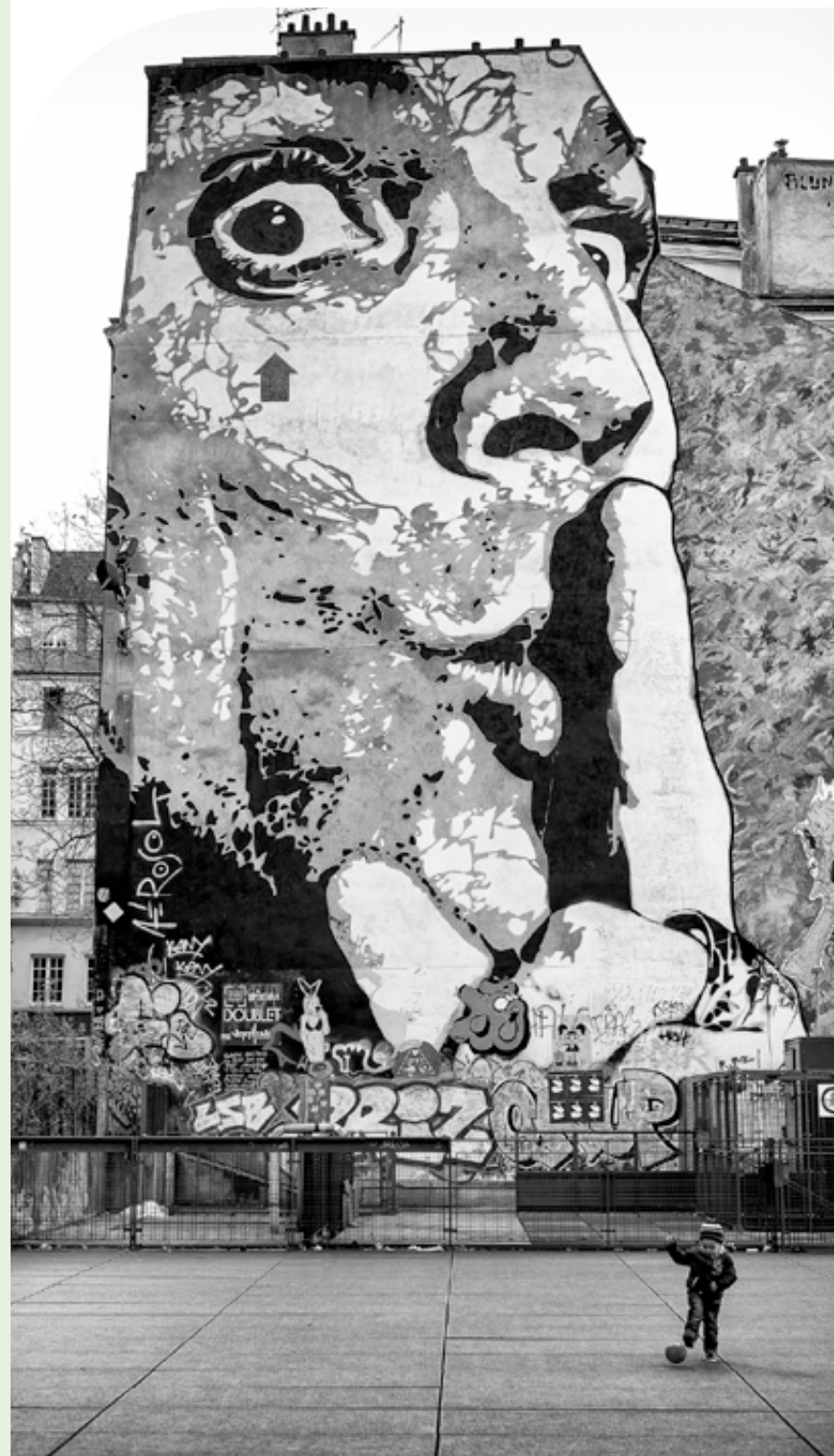
Retrouvez l'article "Silence, c'est moi qui crie !" en version intégrale en ligne sur notre site : <http://parentsaparents.fr/moi-qui-crie>

Jean-Pierre Fournier, enseignant et coordonnateur en éducation prioritaire, rapporte des scènes tellement récurrentes que la majorité des adultes qui les vivent n'ont plus conscience de leur violence.

CRIER, UN COMPORTEMENT BANAL OU BANALISÉ ?

« Un élève de 6^e s'approche timidement alors que le principal et moi sommes en train de tenir une conversation dans un couloir; l'enfant n'a pas l'air bien, mais attend sagement. Je regarde dans sa direction, alors le principal : « Tu ne vois pas qu'on est en train de parler ? » L'élève : « Excusez-moi, Monsieur, je me suis fait mal... » « L'infirmerie, tu connais pas ? ». C'est un exemple, un exemple représentatif je pense, car le principal en question n'est pas une caricature.

Ce n'est pas propre au collège, même si ça y est sans doute plus marqué. Dans une école maternelle, un gamin qui n'arrive pas à somnoler durant la sieste est amené à la directrice (très investie, en pointe sur des projets culturels d'envergure, pas caractéristique) : comme il pleurniche, elle se met à hurler (pas à crier, à hurler) au point que le gamin se recroqueville et effectivement se réfugie dans le sommeil ; triomphante, elle se tourne vers moi : « Vous voyez, ça marche ! »



LA NON-VIOLENCE

LÀ OÙ TOUT COMMENCE

ENTRETIEN

La non-violence, ça n'est pas la fin de la violence, c'est une philosophie de vie dont peuvent découler tous nos autres principes. Isabelle Melin-Daniau, enseignante de yoga et formatrice à l'école française de yoga, nous invite à partager son expérience.

On imagine parfois la non-violence comme une attitude égale en toutes circonstances, un idéal de lucidité réservé aux tempéraments placides. Ça n'est pas tout à fait juste. La non-violence n'est pas la négation de la violence, elle est l'opposition à la violence. Contrairement au pacifisme, elle n'évite pas le conflit, elle reconnaît son utilité.



Retrouvez l'article "La non-violence, là où tout commence !" en version intégrale en ligne sur notre site : <http://parentsaparents.fr/la-non-violence-tout-commence>



FILLES-GARÇONS FACE AU SPORT : QUAND LA MIXITÉ DEVIENT VECTEUR D'ÉPANOUISSEMENT

REGARDS CROISÉS

Il ne suffit pas de mettre des garçons et des filles ensemble pour obtenir un cours mixte. Chercheuse et enseignante en Éducation Physique et Sportive depuis plus de trente ans, Cathy Patinet partage avec nous les démarches qu'elle a mis en place pour permettre aux collégiens de faire des expériences variées, riches et épanouissantes dans un climat de bienveillance. Avec elle, performance ne rime pas avec violence, et tout le monde y trouve son compte !



© Yoann Lambert

A lors que l'école était mixte depuis longtemps, filles et garçons sont longtemps restés séparés lors des cours d'Éducation Physique et Sportive (EPS). Il faut dire que certains sports sont très associés à un genre (la danse aux filles, le rugby aux garçons) et proposer des activités sportives à la fois masculines et féminines n'est pas une mince affaire. Faute de mixité, les filles très dynamiques s'ennuyaient avec leurs congénères, et les garçons peu sportifs, ou ceux qui n'aiment pas les défis, redoutaient les cours d'EPS. Mais décréter l'enseignement mixte ne suffit pas à le rendre égalitaire.



Retrouvez l'article "Filles-garçons face au sport" en version intégrale en ligne sur notre site : <http://parentsaparents.fr/sport-mixite-epanouissement>

PISTES & RESSOURCES

A un moment où un autre, nous avons tous besoin de nous ressourcer, de reprendre contact avec ce que nous sommes vraiment. Il y a sans doute autant de façons d'y parvenir que de personnes sur la terre ; parmi tous les possibles, voici quelques pistes qui vous inspireront peut-être. Ce sont des approches plutôt simples et plaisantes. Vous pourrez en trouver bien d'autres sur le site parentsaparents.fr. Ici, plutôt que des méthodes pour mieux communiquer, nous partageons des approches qui nous invitent à l'authenticité et à la joie - parce que plus nous sommes heureux, plus nos relations avec les autres sont faciles ; en outre si nos enfants apprennent un peu de ce que nous leur disons, ils apprennent sans doute bien davantage de ce que nous faisons, et infiniment plus de ce que nous sommes.

La biodanza



La Biodanza®, « danse de la vie », stimule les « potentiels génétiques de l'être humain » dans le but de renforcer sa santé, sa conscience éthique et sa joie de vivre. Il s'agit d'un système d'intégration humaine et affective qui permet d'évoluer profondément tout en y prenant plaisir. Sur des mouvements simples et accessibles à tous, liés à la vie quotidienne et aux archétypes ancestraux, les participants redécouvrent le plaisir de bouger, de vibrer, de ressentir et d'exprimer des émotions en interaction avec les autres. C'est un milieu nourrissant qui nous invite à aller de plus en plus vers ce qu'il y a de plus vivant en nous. Les hommes et les femmes qui la pratiquent témoignent qu'ils se sentent plus enthousiastes, heureux, confiants et vivants et qu'ils parviennent à développer des relations plus harmonieuses avec les autres.

La Biodanza® a été créée au Chili dans les années 1960 par le professeur Rolando Toro. Elle puise ses racines dans différents domaines d'étude de l'être humain et du vivant : anthropologie, éthologie, psychologie, sociologie, biologie, psycho-neuro-immunologie,...

Pour en savoir plus : <http://www.biodanza-france.com> et <http://www.biodanza.org/fr>
Pascal Coupé, Professeur de Biodanza, pascal.coupe3@orange.fr, 06 84 12 14 68

La co-écoute

La co-écoute est une forme de conversation : chacune leur tour, deux personnes s'écoutent mutuellement. C'est une écoute dans laquelle on prête attention à ce qu'on entend. On pense à la personne qui parle, et on pense à ce qu'elle dit, sans interrompre l'écoute en faisant des suggestions ou des commentaires, juste en écoutant de bon cœur. À l'issue de cet échange, les deux interlocuteurs se sentent en général plus fraîches et peuvent réfléchir plus facilement. Et en plus, c'est généralement amusant !

Pour en savoir plus : <http://parentsaparents.fr/communiquer/>
Et aussi <https://www.rc.org/publication/translations/french/frenchhowto>

PISTES & RESSOURCES

La logique émotionnelle

Notre système émotionnel est là pour assurer notre survie, via le cerveau reptilien, au même titre que notre système immunitaire. Si nous ne prenons pas conscience du message vital que véhiculent nos émotions de peur, de colère ou de tristesse, alors nos réactions, physiques ou psychiques (fuite, colère, agressivité, culpabilité, repli...) deviennent un mode d'adaptation à long terme. Peu à peu prisonniers de nos mémoires et de nos « évidences », nous justifions, expliquons, élaborons des croyances et principes généraux qui ne sont que l'écho en miroir d'un choc émotionnel initial – le mental est alors pris en otage par le cerveau reptilien. En prenant conscience de ce qui se joue dans nos émotions, nous récupérons du libre arbitre vis-à-vis des comportements qui façonnent notre personnalité et restreignent parfois notre potentiel. Nos motivations cessent d'être des « questions de vie ou de mort » que nous imposons aux autres – en les prenant en otage à leur tour. Nous sommes moins dupes de nous-mêmes, et pouvons communiquer avec les autres en limitant les parasitages d'une charge émotionnelle plus ou moins consciente, sans exiger de nos interlocuteurs qu'ils changent pour satisfaire à notre place nos besoins vitaux aut centrés.

La Logique Emotionnelle est le modèle biologique du fonctionnement et des mécanismes cérébraux qui régissent l'ensemble de nos comportements et de nos adaptations. Elle est issue des découvertes récentes des neurosciences, des travaux sur le stress d'Henri Laborit et des recherches de Catherine Aimelet-Périssol sur cette bio-logique que constituent les émotions, permettant à chacun de mieux connaître sa nature psychocorporelle. C'est aussi un processus thérapeutique où l'accompagnement par l'écoute fait émerger les capacités d'autoguerison qui caractérisent l'être vivant.

Pour en savoir plus : <http://www.logique-emotionnelle.com/> et l'association EMC2 (Emotion en Corps à Cœur), qui a, entre autres vocation, de transmettre la Logique Emotionnelle dans le cadre de la relation enfant – parent / éducateur / enseignant. Carole Barut-Jouty 06 63 81 32 01
voir aussi :

La communication Non Violente au risque de la manipulation ? <http://parentsaparents.fr/cnv-manipulation/>
Communication Non Violente et communication non verbale <http://parentsaparents.fr/cnv-face-non-verbal/>



© Gilles Levrier

© Tous droits réservés FAE59

LES ARTISTES

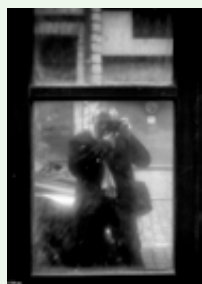
Nous remercions très chaleureusement les artistes dont les œuvres illustrent ce numéro.
Nous apprécions beaucoup leur travail et sommes heureux de vous les faire découvrir !



© Thierry Samuel

Photographe professionnel depuis 40 ans, Thierry Samuel sait capter ces instants uniques, à la fois profondément réels, intimement poétiques et particulièrement touchants. Depuis 1971, ses œuvres sont exposées régulièrement, à Paris et Lyon notamment. Il a collaboré à la revue ZOOM, enseigné à l'École des Beaux Arts, contribué à des chorégraphies à la Maison de la Danse de Lyon et réalisé des photos culinaires pour des magazines et des grands chefs. Aujourd'hui, son travail d'auteur l'amène à approfondir ses recherches ; il poursuit son travail personnel autour du portrait, de la trace et de la présence de l'humain dans la ville. Son site, déjà fort de 500 photos, s'enrichit au fur et à mesure des prises de vue et des remontées d'archives.

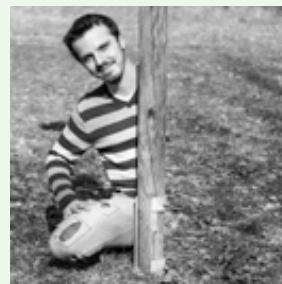
<http://www.thierrysamuel.com/>



© Gilles Levrier

Photographe des villes, Gilles sillonne les rues à la recherche de situations pittoresques ou significatives de la vie quotidienne. À Lille, Paris ou Bruxelles, il se fond dans le décor pour saisir les sentiments et les émotions des personnes qu'il croise au hasard de ses balades. Nous avons été touchés par son regard plein de tendresse vis à vis des enfants. Gilles est le père de deux jeunes adultes qu'il accompagne dans la non-violence.

<http://fae59.com/>



© Yoann Lambert

Depuis ses premiers émois photographiques au Parc National de la Vanoise, Yoann saisit la beauté partout où elle est, dans la nature et les animaux comme chez les hommes et dans les villes. De Chambéry où il réside (mais pas seulement, sa passion pour la photo est le prétexte de beaux voyages) il nous donne à voir sa terre natale magnifique, comme une invitation à élargir nos horizons et nos points de vue !

<http://www.yoannlambertphoto.fr/>



© Jean-François Sérot

Auteur-photographe, Jean-François Sérot est écologue naturaliste et pédagogue. Habitué à observer la faune et la flore, il nous montre la beauté de l'infiniment petit comme de l'infiniment grand, pour susciter notre émerveillement et réveiller notre regard d'enfant. C'est cette âme d'enfant, avec toute l'empreinte de nos cultures sur les êtres que nous devenons, qu'il semble capter dans ses portraits. Très sensible au développement durable, Jean-François Sérot a notamment été le photographe reporter du projet d'éducation et de sensibilisation « Ecocitoyens du Monde » – www.ecocitoyensdumonde.fr ; pendant trois ans, il a parcouru de nombreux pays à la rencontre d'écocitoyens engagés pour un développement durable.

<http://serotjf.com>

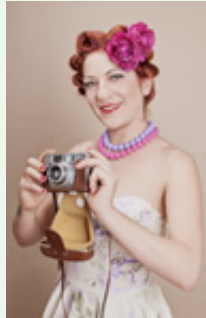
LES ARTISTES



© François Mochi

Sa passion pour la photo est née de son émerveillement face à la montagne qui l'a fait quitter la Côte d'Azur pour venir s'installer dans les Hautes-Alpes. Ses images sont une bouffée d'oxygène dans nos vies citadines, on rêve de bivouacs en altitude pour voir le monde d'un peu plus haut, d'un peu plus loin, avant de retrouver nos vies et nos enfants, une fois rassérénés.

<http://mochifrancois.fr/>



© Sara Paglioni

En découvrant la photographie, Sarah Paglioni a vu jaillir un monde plein d'émotions, de lumières et de couleurs. Depuis, sa passion s'est transformée en métier. Après avoir découvert la photographie de style anglais, elle s'est spécialisées dans les portraits de femmes enceintes, de bébés et de familles – mais pas seulement : elle explore aussi le retro, les pin-ups, le burlesque et travaille avec des artistes de body painting.

<https://www.facebook.com/sara.paglioni.photo?fref=ts>



© Gioia Albano

est une artiste peintre italienne. Elle a toujours aimé représenter les personnages féminins, réels ou imaginaires, que de très brèves rencontres peuvent suffire à inspirer. Depuis qu'elle est maman (Gioia a trois enfants), son expérience du maternage proximal (allaitement maternel, portage, cododo) a rejoint son travail artistique. Elle nourrit son intention profonde de faire surgir de la douceur des relations maternelles la confiance qui permet à chacun de développer son plein potentiel en étant plus attentif à ses émotions. Gioia espère ainsi contribuer à l'émergence d'un monde plus humain.

<http://www.albanogioia.com>



© Leandro Lamas

Leandro Lamas se consacre à la peinture depuis 1998. Il a beaucoup exposé en Galicie, sa région d'origine. Sensible aux questions liées à la parentalité, à la bienveillance éducative, au maternage, il a accepté que nous utilisions ces œuvres pour notre association. Leandro Lamas a illustré de nombreux livres pour enfants, autour de l'arrivée d'un bébé et de l'allaitement. Il est aussi engagé dans de beaux projets éducatifs et citoyens.

<http://leandrolamas.blogspot.fr/>



Fabienne Kroenig

Graphiste de profession, sensible à son environnement tant humain que naturel, Fabienne est en recherche constante : relations humaines, parentalité bienveillante, tout l'interroge, surtout depuis que l'arrivée de ses enfants a ouvert en grand les portes du monde des émotions, des images et des jeux. Nous aimons beaucoup son travail à la fois doux et profond, léger et puissant, beau et touchant. Nous la remercions de tout notre cœur pour le travail énorme qu'elle a réalisé sur ce webzine.

<http://www.fabynk.fr>

LA JOURNÉE DE LA NON-VIOLENCE ÉDUCATIVE

AGENDA

Le 30 avril aura lieu la 10^e journée de la non-violence éducative. De nombreux événements sont organisés. En voici quelques uns. Cette liste n'est pas exhaustive. Pour connaître ceux qui ont lieu près de chez vous, n'hésitez pas à vous rendre sur la page facebook du groupe (<https://www.facebook.com/10emejourneedelanonviolenceeducative?fref=ts>)

Vendredi 18 avril à la Crau, dans le Var



L'association ASPIR organise une conférence avec Olivier Maurel à 18 h 30 sur le thème « *la*

fessée ou la question de la violence éducative ordinaire » au domaine de la Castille.

<http://varmontessori.canalblog.com/>
<http://varmontessori.canalblog.com/archives/2014/02/27/29321490.html>
aspir83@hotmail.fr

Mercredi 23 avril à Carcassonne



L'association Part'Âge propose un temps d'échange au centre social Max Savy à Grazaillies, de 10 h 30 à 12 h, puis, à 20 h, une projection du film « *Amour et châtiments* » à l'UDAF.

<http://www.partage11.fr/>
part.age.aude@gmail.com

Vendredi 25 avril à Cagnes sur Mer



À 20 h, l'association Grandissons organise une conférence animée par Olivier Maurel

à l'Espace Centre, 5 avenue de Verdun, sur le thème : « *Pourquoi et comment s'orienter vers une éducation sans violence ?* »

http://grandissons.org/?page_id=456
grandissons@free.fr

Vendredi 25 avril à Meythet (Haute Savoie)

L'association Naissensetparents propose une conférence sur le thème « *Comment poser les limites sans punir ?* », qui sera animée par un bénévole du MAN (mouvement pour une alternative non violente) à l'Auditorium de la MJC de Meythet.

www.naissensetparents.fr

<https://www.facebook.com/pages/Naissens-et-Parents/129177413829017>
contact@naissensetparents.fr



Samedi 26 avril à Sète

L'association Babillages à tout âge organise une rencontre débat à 10h 15 à la « Maison de la Vie Associative » (rue du Moulin à Vent, à Sète) sur le thème : « *Pas toujours facile d'être parents !* », animée par Monica Blackhall, formée en communication non violente.

<http://babillagesatoutage.blogspot.fr/>
babillages7@outlook.com



Mercredi 30 avril à Beaulieu (Layon)

L'Association APaLa - Parents en Layon, en partenariat avec le Centre Social des Coteaux du Layon, organise une soirée à l'intention des parents d'ados et des adolescents sur le thème « *Éducation et autonomie : comment accompagner nos ados au quotidien ?* » cette rencontre sera animée par Michel Yacger, conseiller en projet de vie (Angers). Rendez-vous le mercredi 30 avril à 20h 30 à Beaulieu sur Layon, salle St Louis.

<http://asso-apala.blogspot.fr/>

<http://www.facebook.com/parentsenlayon>

asso.apala@gmail.com>



Dimanche 11 mai à Narbonne

L'association Maternative organise une conférence animée par Catherine Dumonteil-Kremer sur le thème « *Le jeu comme outil de résolution des conflits* », à la salle des foudres, domaine de Monplaisir.

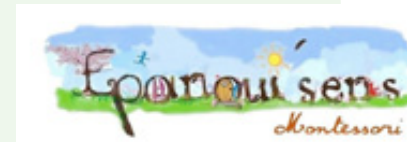
<http://maternative.over-blog.com/>
maternative.asso@gmail.com



L'événement de l'association Bout de ficelle aura déjà eu lieu quand vous lirez ces lignes, mais l'association organise régulièrement des rencontres qui peuvent vous intéresser à Nioul sur Mer, en Charente-Maritime.

<http://www.boutsdeficelle.net/>
<https://www.facebook.com/pages/Bouts-de-ficelle/224970607558240>

vgala17@orange.fr



L'événement de l'association Epanouï'sens aura déjà eu lieu quand vous lirez ces lignes, mais l'association organise régulièrement des rencontres qui peuvent vous intéresser à La Bastide Saint-Pierre en Tarn-et-Garonne.

<http://epanouisens.montessori.over-blog.com>

epanouisens.asso@laposte.net

MANa
Le mouvement pour une autre école

GRANDE CAMPAGNE DE FINANCEMENT PARTICIPATIF

DU 29 MARS AU 27 MAI 2014

RENTÉE 2014 : OUVERTURE DE LA TOUPE
PREMIÈRE ÉCOLE PILOTE MANa - FONTENAY / BOIS

ON COMPTE SUR VOUS, CHAQUE EURO COMPTE !
L'association aura le plaisir de recevoir de Casha

Flasher moi !
Retrouvez notre campagne de financement sur :
<http://fontenay.com/maana77>

Plus d'infos sur : www.maana-des-apprentissages-naturels.com

Facebook Like

SOYEZ ACTEUR DU CHANGEMENT
MANa une alternative à l'éducation

Little Bohème

Jolies choses pour les petits ...

6€ de réduction pour toute commande supérieure à 30€ jusqu'au 15/05/14 avec le code LITTLEPAP

www.littleboheme.com



Grandir autrement
Le magazine des parents nature

Grandis filis
Tous les usages d'un lange

Meilleure parents
Porter un enfant qui grandit

Quasius

LA VIOLENCE ÉDUCATIVE ORDINAIRE

Le magazine n°175 - Mars 2014 - 3,50 €

www.grandirautrement.com

L'Enfant et la Vie

n°175 Janv-Févr-Mars 2014
Le magazine pour tous les parents et éducateurs depuis 1969

Dossier : L'AUTORITÉ, un pas vers l'autre

Interview avec Serge Tisseron : L'enfant à l'usage d'internet • Marie Thérèse, "Pourquoi j'ai fait 7" • Allergie et reflux du bébé • Graine d'école, une révolution intérieure se déclare • Témoignage sur la Pré-éclampsie • À vos pilonnes !

DECITRE

Permettre à chaque lecteur de trouver ses livres et à chaque livre de trouver ses lecteurs

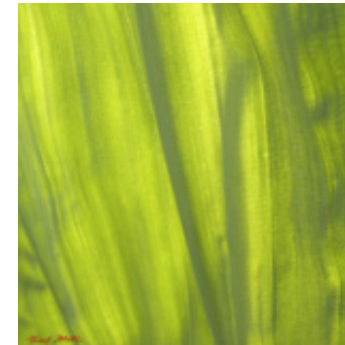
BIODANZA

Pascal Coupé
Cours à Saint-Witz (95) & Gouvieux (60)
Tél. 01 34 72 49 15 – 06 84 12 14 68
Pascal.coupe@orange.fr

Parents ↘
↙ Parents

Vous souhaitez faire paraître votre annonce ?
Contactez-nous !

↘ contact@parentsaparents.fr



EXPOSITION
'Des pas et déliés'
Thierry SAMUEL

du 6 mars au 4 mai 2014
entrée libre

<https://www.facebook.com/thierrysamuelphotographie-et-arts>

Parents
à
Parents

Partageons nos solutions pour vivre la vie qui nous ressemble

Loin des idées toutes faites, l'association **Parents à Parents** offre un espace de partage et de transmission d'expériences, dans la



bienveillance, le non jugement et l'accueil des opinions divergentes, à toutes celles et tous ceux qui s'intéressent aux domaines touchant à la parentalité au sens large : la conception, la grossesse, la naissance, la petite enfance, l'enfance, l'adolescence, l'éducation, les activités, le sommeil, la santé, les relations, l'accès à l'autonomie et à la responsabilité, les liens au sein de la famille, avec la nature et l'environnement...

L'association, le site et le webzine Parents à Parents s'adressent à tous les parents et à toutes les personnes intéressées, de près ou de loin, à la parentalité ; à toutes celles et ceux qui cherchent à vivre en harmonie, en cohérence avec eux-mêmes et qui veulent trouver des solutions qui leur conviennent vraiment.