

Terrorisme: Comment en parler aux enfants ?

Les attentats de Bruxelles nous ont fait entrer dans une nouvelle ère. Celle d'une peur plus concrète, plus quotidienne. Nos enfants, qu'ils soient bébés ou ados, ressentent cette angoisse. Heureusement, on peut les aider à y faire face.

Le 22 mars. Ce mardi-là, en rentrant de la crèche, une petite fille de deux ans fait une crise de colère aussi terrible qu'inexplicable. Après l'école, un ado ne parvient pas à lâcher son téléphone tant il a besoin de rester «connecté» à ses amis. En soirée, sur la place de la Bourse, une grand-mère a emmené sa petite-fille se recueillir... Après Paris, le terrorisme fait désormais partie de notre paysage, à nous aussi. Nos (petits-)enfants devront grandir avec cette peur diffuse, instrumentalisée pour jeter des barrières entre nous. Comment les aider à la surmonter? La psychologue et traumatologue Evelyne Josse nous donne quelques pistes.

On dit souvent qu'il ne faut pas anticiper les questions des enfants et y répondre seulement quand elles surviennent. C'est aussi valable pour le terrorisme?

Evelyne Josse – Les enfants, même déjà assez petits, perçoivent l'angoisse ambiante, la peur et la tristesse de leurs parents. C'est donc important de se montrer disponible à la discussion, tout en suivant le rythme de l'enfant. En général, ça ne se fait pas d'un coup.



(© Droits réservés)

Et si un enfant n'a pas envie d'en parler?

E. J. – Il faut respecter sa réticence. Dans un premier temps, ça peut être normal: il y a une réaction de choc, certains ne réalisent pas forcément ce qui se passe. Il importe de veiller à la manière dont ces enfants vont évoluer dans les jours ou les semaines qui suivent. Un enfant peut manifester des signes d'angoisse, comme des pipis au lit, des comportements régressifs (sucrer son pouce, réclamer son doudou), des reculs dans les apprentissages, des attachements anxieux (il ne veut plus être séparé de ses parents),... Ces signes doivent alerter.

Comment réagir dans ce cas?

E. J. – En étant présent. On ne peut pas prémunir nos enfants du malheur. Ce qu'on peut faire en tant que

parent, par contre, c'est être présent pour les aider à surmonter leurs peurs et leurs souffrances. Il y a un fait historique assez parlant à ce sujet: pendant la Seconde Guerre mondiale, quand Londres a été menacée de bombardements, on a évacué des milliers d'enfants de la ville vers la campagne. On s'est ensuite rendu compte que, malgré le stress des bombardements, les enfants qui étaient restés près de leurs parents avaient développé beaucoup moins de troubles et de symptômes que ceux qui avaient été mis à l'abri, mais séparés de leurs parents. Donc, pour les enfants qui manifestent le plus d'angoisse, il faut les rassurer sur notre présence et sur ce que l'on fait pour leur sécurité (sans pour autant modifier toutes nos habitudes -NDLR), ce que le gouvernement met en place... Plus tard, quelques semaines après les événements, on pourra parler un peu plus du terrorisme en lui-même. Mais tant qu'ils sont anxieux, il faut d'abord les rassurer.

À partir de quel âge peut-on en parler? Un bébé peut-il comprendre?

E. J. – On ne sait pas ce que l'enfant comprend. Mais ce qui est sûr, c'est qu'il comprend quelque chose. Une psychanalyste, Caroline Eliacheff, s'en est rendu compte en parlant à des bébés, nés sous X, en France, qui présentaient des anorexies et d'autres troubles. Elle expliquait à l'enfant que sa mère l'avait abandonné parce qu'en fait c'était une «bonne maman» et qu'elle avait préféré le confier à une autre maman, davantage capable qu'elle de s'occuper de lui. Au moment où elle sortait de la chambre, le nourrisson ne régurgitait plus et buvait son lait! Il est certain qu'ils comprennent quelque chose. Et, dans le cas du terrorisme, ils sentent l'ébranlement émotionnel de leurs parents. Donc, si un petit enfant est perturbé, on peut lui dire: «Maman (ou Papa) a eu très peur, mais maintenant tout va bien».

Est-il judicieux d'utiliser un terme comme «les méchants»?

E. J. – À mon avis, non. Le monde des enfants, dans les contes, dans les jeux vidéo, est un peu dichotomique: les bons et les méchants. Or, dans toutes ces histoires, les méchants sont «reconnaissables»: ils ont des vêtements sombres, ils sont très vilains,



(Photo Maïder Dechamps)

ils ont le regard mauvais. Cela induit les enfants en erreur parce que, dans la vie, on ne voit pas sur le visage des gens s'ils sont gentils ou méchants. En plus, on dit parfois à un enfant qu'il est «méchant» parce qu'il a tapé son frère. Or, un enfant peut faire la confusion et croire que, comme lui aussi est «méchant», il pourrait faire du mal de la même manière que les terroristes. Même chose: on dit souvent que les terroristes sont des «monstres». Non! Les monstres sont des créatures imaginaires dont on passe notre temps à dire aux enfants qu'ils n'existent pas. On dit aussi que ce sont des «fous». Mais non: la folie, c'est une maladie. C'est injurieux pour les malades mentaux et en plus, c'est faux: les terroristes ne sont pas fous.

Que dire, alors?

E.J. – La vérité: qu'on ne comprend pas très bien. Que ces gens sont en colère contre notre mode de vie, qu'on leur a mis des idées dans la tête au point qu'ils pensent être les seuls à savoir comment il faut vivre, qu'ils veulent imposer ça à tout le monde, qu'ils ne veulent pas discuter...

On doit être attentifs, en tant qu'adultes, à ne pas faire d'amalgames entre musulmans et islamistes ou terroristes. C'est encore plus compliqué pour les enfants? Quand leur copain porte le même prénom qu'un terroriste, par exemple?

E.J. – En général, les enfants font moins l'amalgame que les adultes. Leur copain, c'est leur copain. Ils ne se posent pas plus de questions. C'est plutôt en grandissant, et surtout à l'adolescence, que l'on va voir apparaître deux positions plus tranchées: les ados qui font des amalgames et ceux qui les dénoncent très fermement. En fonction de l'âge, on peut leur dire que ces gens prétendent agir au nom de la religion musulmane, mais que c'est faux. En fait, ce sont des malfrats, des criminels, des meurtriers. Pas des religieux, la religion musulmane ne veut pas ça.

Comment éviter que les enfants ne deviennent méfiants envers tout et tout le monde?

E.J. – Par rapport au terrorisme, comme à la pédophilie, il s'agit plutôt de les aider à développer leur sens critique, à identifier les dangers, les raisons réelles pour lesquelles on nous propose quelque chose ... De façon globale, il faut leur apprendre à se protéger, à reconnaître ce qui est acceptable ou pas dans les relations. J'ai entendu le témoignage d'une jeune fille qui portait un voile sur sa photo de profil Facebook. Du coup, elle a reçu un message: «Il est joli, tu l'as acheté où?», avant de se faire embobiner pour partir en Syrie. Il faut leur apprendre les limites avec les inconnus. Surtout aux ados parce qu'on ne peut pas être derrière eux tout le temps. Donc, le meilleur moyen, c'est de les aider à développer leur propre capacité à réfléchir et à se protéger.

■ MAÏDER DECHAMPS