

Je te fais confiance, tu me fais confiance...

La confiance est un chemin sinueux, un apprentissage mutuel, jalonné d'étapes, parfois d'embûches. Mais il ouvre une voie éducative positive et simplifie les relations familiales.

« **T**u ne me fais pas confiance ! » Le reproche de l'adolescent tombe comme un couperet. Le parent « suffisamment bon », comme disait le pédiatre Donald Winnicott, s'interroge : « Ai-je du mal à accepter que mon enfant grandisse ? », « Est-ce que je lui donne les moyens de gagner sa confiance ? », « Lui fais-je porter mes propres inquiétudes ? ». Certains parents s'inscrivent comme « amis » sur le compte Facebook de leurs ados pour mieux les surveiller. À l'opposé, d'autres parents considèrent trop tôt leurs enfants comme des êtres autonomes, les laissant seuls au retour du collège, livrés à eux-mêmes. Dans le premier cas, la confiance est absente, dans le second, elle est aveugle. Entre ces deux excès à éviter, il s'agit de construire la confiance, pas à pas, de la nourrir dans une sorte d'échange réciproque, où l'on s'ajuste l'un à l'autre, selon le degré de maturité de l'enfant et les capacités du parent.

Mais, d'abord, que signifie la confiance ? Selon Laurence Cornu, directrice du département de sciences de l'éducation à l'université de Tours, coordinatrice d'un dossier sur la confiance paru dans le dernier numéro de la *Revue internationale d'éducation* (lire les pages), il existe plusieurs définitions : « Être en confiance signifie un sentiment de fiabilité ou de sécurité. Faire confiance relève d'une décision : c'est un pari sur la conduite de l'autre. Pour établir cette relation, il faut lutter contre les défiances, les méfiances. » Pour Fabien Éon, médiateur professionnel, la confiance est un choix : « Le choix d'un modèle d'éducation qui vise à construire un adulte qui réfléchit plutôt qu'un adulte qui obéit » (lire l'entretien).

Selon le pédopsychiatre Charles-Édouard Rengade, auteur du livre *Parents confiant, enfant heureux* (lire les pages), « la confiance est le reflet de la fiabilité du lien ». Croire en l'autre, c'est expérimenter cette fiabilité. Et parfois, les parents ont du mal à lâcher du lest. Dans la relation éducative, « il faut admettre que l'enfant n'est pas soi », préconise Charles-Édouard Rengade. L'enfant est une entité distincte, susceptible de faire d'autres choix que ceux

voulus par ses parents, au risque de se tromper. Forcé est de reconnaître aussi que « son enfant a des ressources pour se relever de ses erreurs ». Croire en ses capacités est une première étape qui va aider l'enfant à s'autonomiser. Cela dit, les parents doivent être très explicites sur leurs attentes, qui seront réalistes. Rentrer dans tel créneau bocal, appeler en arrivant...

Autre recommandation : abandonner le contrôle. « Plus les parents vérifient, moins ils ont confiance, plus ils sont déçus », résume le pédopsychiatre. Celui-ci leur conseille d'abord une attitude de « lâcher-prise » afin de laisser l'enfant faire ses expériences. En cas de difficulté, si ce dernier s'en sort tout seul, le parent sera conforté dans l'idée de ne pas intervenir. Bien plus, il en éprouvera de la fierté, de l'émerveillement. Si l'enfant n'y arrive pas, son parent sera là pour le consoler.

« Le choix d'un modèle d'éducation qui vise à construire un adulte qui réfléchit plutôt qu'un adulte qui obéit. »

Il laissera ensuite la confiance s'installer de façon progressive, adaptée à son âge, à ses moyens. L'adulte doit veiller à ne pas placer son enfant en situation d'échec. Ni, surtout, à confondre la confiance et le laxisme ou le laisser-faire. Autrement dit, ne jamais mettre son enfant en danger. Le droit à l'erreur ne signifie pas le droit au risque.

Si faire confiance, c'est « lâcher prise », cela reviendrait, dans l'idéal, à « laisser son enfant faire son chemin en le protégeant, en l'informant, en posant des limites, afin qu'il puisse devenir lui-même et vivre en bonne intelligence avec les autres », énonce Catherine Dumontell-Kremer. Mais, en réalité, observe la consultante familiale, « les parents ne sont pas toujours aussi confiants, ils nourrissent des peurs par rapport à leur enfant ou leur ado : peur qu'il fasse un caprice, qu'il se blesse, qu'il fasse de mauvaises rencontres, qu'il ait un accident... Ces craintes sont enracinées dans leur propre histoire d'enfance », observe-t-elle. Selon le psychanalyste Saverio Tomasella, les difficultés des adultes proviennent souvent d'un manque



Selon le docteur Rengade, « la confiance est le reflet de la fiabilité du lien ». Eric Hersholt/Onoko/Photostock

Je te fais confiance, tu me fais confiance...

« Certains parents ont du mal à voir que leur enfant a grandi, et du coup, peinent à évaluer ses aptitudes. »

●●● Suite de la page 13.

de confiance en leurs propres capacités parentales : « Sous pression, les parents répercutent leur manque de confiance en eux-mêmes sur leurs propres enfants. »

Les peurs sont parfois liées à l'image que l'on se fait de sa progéniture. « Certains parents ont du mal à voir que leur enfant a grandi, et du coup, peinent à évaluer ses aptitudes », remarque Nicole Prieur, philosophe et thérapeute familiale. Certes, reconnaît-elle, « pour faire confiance, il faut se bousculer un peu ». Mais, en faisant le « cadeau » de la confiance, « on donne à son enfant les moyens de se sentir capable de faire tout seul, donc d'avoir confiance en lui-même ». Ainsi, au fil du temps, la confiance se construit, s'entretient, se gagne, grandit.

Les adolescents, en pleine ambivalence, à la fois en recherche et dans la crainte de leur autonomie, mettent les parents à l'épreuve de leur confiance. De la même façon, complète Nicole Prieur, « accorder sa confiance à un ado, c'est lui donner les moyens de se sentir capable de mesurer les risques et de ne pas se mettre en danger ». Un jeune se dira,

par exemple : « Si ma mère me fait confiance, cela veut dire que je peux être fort, que je peux résister à la pression du groupe qui m'incite à boire de l'alcool. » À l'inverse, s'il ressent chez ses parents de la défiance, il peut, hélas, leur donner raison, c'est-à-dire boire en excès, puis le leur cacher. « Ne pas faire confiance n'engendre pas des conduites responsables, cela favorise plutôt une forme d'irresponsabilité », prévient la thérapeute.

Pour Catherine Dumontell-Kremer, également pionnière de l'éducation positive en France, on peut créer un climat de confiance dans la famille en faisant sentir à chaque membre du foyer qu'il est accepté, bienvenu. Ainsi la tenue d'un « conseil de famille » où chacun est sollicité pour donner son avis, que ce soit sur la répartition des tâches ménagères ou la destination des vacances, permet de développer la confiance entre parents et enfants, frères et sœurs. Et celle-ci se fortifie d'autant plus qu'on partage tous ensemble des activités. « Plus il y a de joie de vivre, plus il y a de liens, plus la confiance règne ! », conclut-elle.

France Lebreton



Faire confiance reviendrait, dans l'idéal, à « laisser son enfant faire son chemin en le protégeant, en l'informant, en posant des limites, afin qu'il puisse devenir lui-même et vivre en bonne intelligence avec les autres ». Eric Andrus/Onok/PhotoStock

repères

La confiance vue par les parents

Les parents pensent à 93 % que les jeunes ont confiance en leurs parents. Plus qu'en leurs camarades (85 %).

88 % des parents affirment qu'ils font confiance à leurs enfants, beaucoup plus que les adultes en général (54 %) et les enseignants (58 %) font eux-mêmes confiance aux jeunes.

77 % des parents estiment qu'il est plutôt facile d'établir des relations de confiance entre tous les membres de la famille, notamment avec leurs enfants.

40 % des parents ont le sentiment que les enfants n'ont pas confiance en leur avenir.

42 % des parents pensent que c'est le regard des autres, notamment de leurs pairs, qui fragilise le plus la confiance de leurs enfants.

(Source : sondage OpinionWay pour l'Apel et La Croix réalisé en 2010)

témoignages

« Une relation fondée sur l'écoute et l'échange »

« Il n'y a pas de secret entre nous »

Laurent, 55 ans, deux enfants de 22 et 20 ans, responsable de l'Apel (I) ou niveau départemental et académique

« J'ai fait le choix de la confiance et je n'ai jamais eu à le regretter. Il faut d'abord poser des règles de vie, comme l'honnêteté, la franchise. En les respectant, on se donne confiance les uns les autres. Nos enfants ont désormais quitté le nid familial. On s'appelle régulièrement et il est naturel de tout se dire. Même éloignés de plusieurs centaines de kilomètres, il n'y a pas de secret ni d'ambiguïté entre nous. Durant leur adolescence, quand ils ont commencé à sortir, la règle était, à partir d'une certaine

heure, de rester dormir sur place, pour éviter les retours nocturnes en voiture. Nous n'avons jamais été confrontés à une situation qui aurait pu nous faire peur. Ni jamais regretté d'avoir donné l'autorisation de participer à un événement. Nous étions aussi en confiance avec l'équipe éducative de nos enfants, scolarisés dans l'enseignement catholique, dans un esprit de mutualisation. Le dialogue en famille se prolongeait à l'école, avec des entretiens de vive voix avec les professeurs. La confiance est fondée sur une bonne communication et beaucoup d'écoute.

Je pense avoir été, à un moment donné, en panne d'écoute vis-à-vis de ma famille. Chacun était dans son monde, sur son téléphone. Je suis passé à côté d'une situation de harcèlement vécue par mon fils. A-t-il manqué de confiance pour nous en parler ? Toujours est-il que nous étions en déficit

de communication. Depuis, celle-ci a été rétablie, et le mal corrigé. Et les portables désormais rangés dans un tiroir pendant les repas ! Nous entretenons la confiance en allant voir nos enfants, en passant du temps avec eux, en se souciant d'eux. Ils peuvent compter sur nous. »

« La peur avait pris le dessus »

Séverine, 41 ans, deux enfants de 12 et 16 ans

« Un souci survenu dans notre vie de famille m'a ouvert les yeux sur la notion de confiance. Des "grands" de troisième ont menacé de jeter les affaires de mon fils par la fenêtre du bus scolaire s'il n'allait pas insulter une élève de troisième et la faire pleurer. Au bout de trois jours, il a craqué et s'est

exécuté. Le lendemain, le CPE du collège m'a appelée. Je n'étais au courant de rien ! J'avais seulement noté que mon fils était agité et dormait mal. J'ai été déçue qu'il ne soit pas venu en discuter avec moi. En fait, il redoutait que les grands soient encore plus méchants avec lui. La peur avait pris le dessus sur la confiance. Nous avons réfléchi à ce qui s'était passé, la façon dont il aurait pu se sortir de cette situation en se confiant à nous. Avec le recul, je pense n'avoir pas été assez explicite sur les moyens à mettre en œuvre. Nous avançons avec nos enfants sur le chemin de la confiance. Rien n'est acquis. On apprend ensemble. Ils peuvent venir nous voir en cas de souci, mais nous n'avons pas besoin de tout savoir d'eux. »

Recueilli par France Lebreton

(I) Association de parents d'élèves de l'enseignement libre

Prochain dossier :
La ville, amie des enfants

Cette posture dynamique permet d'éviter d'entrer en conflit. Elle transforme la vie de famille.

entretien

« Assumer le choix de faire confiance »

Fabien Éon

Médiateur professionnel
et auteur (1)

Que signifie faire confiance ?

Fabien Éon : Faire confiance, c'est un choix rationnel, une décision qui se prend librement, une affirmation, une démarche active. C'est aussi un acte de responsabilité : j'assume la responsabilité de la confiance que j'accorde. Ce choix comporte trois dimensions : nous sommes d'accord sur un projet commun, clarifié, sur lequel nous avons échangé ; je connais les moyens dont la personne dispose pour mener à bien son projet : ses capacités, ses compétences ; j'ai la satisfaction ou le plaisir de voir se réaliser le projet commun.

« Je décide jusqu'où j'accorde ma confiance, et j'en assume la responsabilité. »

Comment se traduit-elle concrètement dans une relation d'éducation ?

F. É. : Prenons un exemple : mon fils de 12 ans veut faire une attraction interdite aux moins de 14 ans. Je choisis d'être d'accord (projet). Il aura plaisir à la faire, et j'ai plaisir à lui faire plaisir (satisfaction). S'il revient avec des bosses et des bleus, je saurai que j'ai sous-estimé sa conscience du risque ou sa capacité à s'en prémunir (moyens). En aucun cas je ne dirai qu'il n'a pas mérité ma confiance ou qu'il l'a trahie. J'ai fait un choix et j'en suis seul responsable. À l'inverse, je pourrais lui interdire cette attraction en lui expliquant mes raisons : son niveau de conscience ne lui permet pas de mesurer le risque. La relation d'éducation comporte cette part de contribution utile à l'enfant.

La confiance comporte donc des limites ?

F. É. : La confiance est un choix réfléchi. Je décide jusqu'où j'accorde ma confiance, et j'en assume la responsabilité. Si je demande à mon enfant de ne pas aller s'acheter des bonbons en sortant de l'école, qu'il s'y engage mais qu'il y va quand même, c'est peut-être que j'ai surestimé sa capacité à résister à la tentation. J'assume la totale responsabilité de mon choix de la confiance, ce qui implique que je ne lui fais pas de reproches. Ainsi je n'entre pas dans une dynamique de conflit. L'enfant se sent reconnu dans sa difficulté à traduire ses intentions en actions. Il sait qu'il ne sera ni jugé ni puni. Il a confiance en l'adulte avec lequel il va pouvoir discuter de façon paisible.

La confiance n'est pas toujours authentique...

F. É. : Il convient en effet de s'interroger. Lorsque je fais confiance, soit j'en assume la responsabilité à 100 %, soit j'en fais porter une partie à celui en qui je place ma confiance. Dans le second cas, c'est une menace qui pèse sur lui, voire une tentative manipulateur et contraignante d'orienter son action dans un sens conforme à mes attentes. Dans la relation parents-enfants, il y a souvent cette confusion entre confiance et contrainte : « Je te fais confiance si... ou « à condition que... ». En réalité, ces manières de dire trahissent la méfiance de l'adulte. Elles suscitent en retour la méfiance de l'enfant qui risque alors de cacher ses malades, par peur des représailles. De la même façon, au lieu de lui dire « prends tes responsabilités », il est plus constructif de l'aider à prendre tout seul ses responsabilités, en accompagnant la prise de conscience du décalage entre ses intentions et ses actes.

Recueilli par France Lebreton

(1) Auteur de *J'ai décidé de faire confiance*, éd. Eyrolles, 18 €.

pistes

Revue, charte et livres

La Revue internationale d'éducation n° 72, septembre 2016 : « Confiance, éducation et autorité ». Il n'y a pas d'éducation sans autorité ni sans confiance. Nourri d'études inédites et d'approches diverses, ce dossier, coordonné par Laurence Cornu, professeur à l'université de Tours, scrute la place et les formes de la confiance dans dix pays : Angleterre, Bélin, Brésil, Cambodge, Chili, Djibouti, Finlande, France, Nouvelle-Zélande, Portugal. Aux Éditions du Centre international d'études pédagogiques (commande en ligne : www.ciep.fr).

La charte éducative de confiance. Publiée en septembre 2015, rédigée conjointement par L'Apel (association de parents d'élèves de l'enseignement libre) et le Secrétariat général de l'enseignement catholique, elle invite chaque membre de la communauté éducative à poser les bases d'une relation de confiance entre l'école et les familles. Ce document est à signer lors de l'inscription de l'élève, par le chef d'établissement, les parents et l'enfant. Pour en savoir plus : enseignement-catholique.fr/la-charte-educative-de-confiance/

Parent confiant, enfant heureux de Charles-Édouard Rengade. Un livre salutaire qui donne confiance aux parents, les aide à soigner leur estime de soi et à croire en leurs compétences. Éd. Odile Jacob, 220 p., 20 €.

Faire la paix avec soi-même. Développer la confiance en soi de Saverio Tomasella. Éd. Eyrolles, 18 €.

L'Adolescence autrement. Faire confiance aux ados, faire confiance à la vie ! de Catherine Dumontell-Kremer. Éd. Jouvence, 25 €.

#AirDuTemps. Les jeunes filles « suivent » leurs idoles, dont Catherine Deneuve, Jane Birkin ou Françoise Hardy.

Fans en ligne



Françoise Hardy à Londres, en février 1964. Eyrolles

Quelles actrices font rêver les jeunes filles ? Emma Watson, héroïne des films *Harry Potter*, ou Kristen Stewart, de la saga *Twilight*, sont dans le cœur des ados, avec lesquelles elles ont grandi. Mais elles ne sont pas les seules. Sur les réseaux sociaux, Catherine Deneuve, Jane Birkin et Françoise Hardy sont elles aussi « suivies » par les plus jeunes. On ne dénombre plus les comptes qui leur sont dédiés, les photos partagées, et les commentaires dont elles font l'objet, avec force cœurs et points d'exclamation. Leurs 20 ans défilent sur les écrans de smartphones d'aujourd'hui. Et toute une époque surgit, celle des années 1960 et 1970. L'atmosphère de contestation, de liberté et d'insouciance qui s'y attache séduit forcément les adolescents.

En effet, leurs fans sont parfois à peine sorties de l'enfance. « Mon actrice préférée, c'est Catherine Deneuve, témoigne ainsi Victoire, 12 ans. Petite, je l'ai vue dans *Peau d'Âne* et *Les Démoniaques de Rochefort*. Depuis je l'adore. » Ces toutes jeunes filles se regroupent parfois en fan-clubs en ligne. Elles retrouvent des enregistrements, commentent les vêtements, l'allure. Certaines rédigent même des « fans fictions », des nouvelles où elles imaginent la vie de leur star préférée.

Internet n'est pourtant pas un espace d'expression toujours tendre. Les grandes marques d'affection des plus jeunes sont vite moquées par une foule de « haters » ou de « trolls ». Ces internautes plus aguerris se glissent sous des pseudonymes pour faire dire un peu n'importe quoi aux stars ou à leurs fans.

D'ailleurs, au risque de décevoir les jeunes demoiselles, il est très rare que les « stars » soient réellement présentes sur les réseaux sociaux. « La plupart des comptes officiels sont tenus par les services de presse », explique Emmanuelle Raspiengeas, critique à *Positif*. Comment faire la part du vrai et du faux ? « Quand les stars s'expriment directement, notamment sur Facebook, elles signent généralement de leurs initiales », glisse ce connaisseur.

À notre avis

Le Web est un peu le mur de chambre où l'on collait jadis des posters de célébrités. Mais les murs de la chambre sont tombés et les plus jeunes déclarent désormais leur admiration en ligne, c'est-à-dire aux quatre vents. Internet offre pourtant une créativité sans limite. La star d'aujourd'hui a parfois droit à de jolis hommages : photos artistiques, paroles de chansons, etc. Un juste retour des choses en somme. Emmanuelle Lucas