

Familles en crise

Lorsqu'ils sont confrontés à des **problèmes d'éducation**, les parents sont souvent démunis. Différentes structures, comme «Histoires de parents», sont là pour les aider à retrouver un fonctionnement normal.

Texte: Véronique Kipfer **Illustrations:** Kalonji

Encensées et idéalisées, les familles sont néanmoins peu respectées par la société actuelle. Or, qui dit manque de considération, dit manque de soutien, stress, culpabilité, difficultés d'organisation, surcharge de fatigue – et au final, instabilité de toute la structure familiale. Un déséquilibre encore accentué lorsque les

parents divorcent et/ou recréent une famille chacun de leur côté. C'est ici qu'interviennent des structures telles qu'«Histoires de parents». Cette unité de la Fondation vaudoise Jeunesse & Familles (FJF), créée en 2009, offre un soutien éducatif aux parents dépassés. Pendant trois à quatre mois, ces derniers partagent les difficultés qu'ils rencontrent →





«La démarche permet de mettre en valeur nos propres compétences»

Célia*, un fils de 14 ans
et une fille de 7 ans

«**Mon compagnon et moi nous sommes séparés lorsque ma fille avait 4 ans**, et la transition a été difficile pour elle. Elle a alors commencé à faire des crises et à être très violente avec moi. Son père était d'abord moyennement compréhensif, car elle ne se conduisait pas ainsi chez lui. Un jour, tout a basculé: je me trouvais à un carrefour animé avec mes deux enfants, en poussant un vélo. Ma fille a commencé à faire une crise et à me donner de violents coups de pied, et je l'ai alors saisie fort par le bras pour éviter qu'elle ne se jette sur la route. J'ai remarqué plus tard que je lui avais fait un bleu, et la pédiatre a dit qu'elle devait en informer le Service de protection de la jeunesse. Je me suis sentie démunie, et c'est là que le déclic a eu lieu: j'ai parlé à mon ex-compagnon, qui a accepté de venir aux séances d'«Histoires de parents» avec moi. On a eu quelques entretiens en commun et d'autres séparément, en fonction de nos besoins respectifs.

Ce programme m'a vraiment aidée et la démarche est libératrice, car elle permet de mettre en valeur nos propres compétences. J'ai ainsi compris que ma fille était très sensible au stress: elle engrange beaucoup, puis elle sature. J'ai donc opéré des changements minimes, mais qui ont eu un effet immédiat. Dorénavant, je prends un moment pour parler avec elle après le retour de l'école, et je sais mieux anticiper ses signes de fatigue. Je peux aussi exprimer ce que je ressens. Et sa relation avec son frère est devenue beaucoup moins conflictuelle, car elle lui laisse enfin sa place et l'écoute.»

Jérôme*, l'ex-compagnon de Célia et le père de sa fille, a également l'impression que la démarche a porté ses fruits. «Les crises se sont espacées. J'ai remarqué que j'arrivais mieux à anticiper quand ma fille était fatiguée. Dans ces cas-là, on se change les idées en faisant la cuisine ensemble, un jeu, ou alors je la laisse bricoler et dessiner dans sa chambre. On ne peut pas toujours tout prévenir, bien sûr, mais au moins, on connaît les signaux avertisseurs.»

*prénoms d'emprunt

dans l'éducation de leur(s) enfant(s) avec un éducateur lors d'entretiens individuels et de rencontres avec d'autres parents (*lire témoignages*). Ces conseils personnalisés et ces groupes de parole sont gratuits.

Un grand besoin de calme

«En Suisse, 80% des familles vivent encore de manière traditionnelle, c'est-à-dire en couple – marié ou non – avec des enfants, souligne Annette Cina, psychothérapeute reconnue au niveau fédéral et coordinatrice à l'Institut de recherche et de conseil dans le domaine de la famille, à Fribourg. Vingt pour cent représentent des constellations différentes, et 14% sont des familles monoparentales.»

Mais qu'elles soient «traditionnelles» ou non importe peu, finalement. «Ce qui compte, c'est qu'elles soient équilibrées, affirme la psychothérapeute fribourgeoise. Les enfants souhaitent être aimés et soutenus, et que le quotidien soit calme et structuré. Or, de nombreuses études montrent qu'une nouvelle constellation familiale plus calme est plus bénéfique à l'enfant que des parents qui se disputent tout le temps. Par ailleurs, lors de divorce ou de recombinaison familiale, les statistiques prouvent qu'adultes comme enfants ont besoin d'un à deux ans pour s'adapter et créer d'autres rituels.»

Entretenir un réseau social

Afin que les familles retrouvent sérénité et stabilité, Annette Cina leur conseille d'entretenir un réseau social qui puisse les soutenir si nécessaire. «Je trouve qu'elles sont particulièrement isolées dans notre système social. Les grands-parents, par exemple, peuvent jouer un rôle important et apporter un soutien inestimable. Les parents doivent se faire à l'idée qu'il est bien de laisser les enfants vivre parfois avec d'autres modèles et créer différentes relations sociales. Cela leur donnera confiance en leurs capacités d'adaptation et de gestion.»

Autre conseil important de la spécialiste: en tant que parents, il est inutile de chercher à ce que tout soit toujours parfait. «J'ai quelquefois l'impression que les parents croient que l'enfant aura des déficits s'il ne reçoit pas ce qu'il y a de meilleur, et se stressent pour lui apporter un maximum d'avantages. Mais si on le protège tout le temps, il n'aura pas d'outils pour avancer dans la vie! Je conseille ainsi aux parents de lâcher parfois prise, et de savourer simplement avec leurs enfants les petits moments du quotidien.» **MM**

Informations: cette année, la FJF fête son centenaire et a concocté de nombreux rendez-vous pour marquer l'événement. Consulter le programme sur www.fjfnet.ch



«On s'est rendu compte qu'on n'avait pas d'énormes problèmes»

Emily Furrer, deux filles de 7 et 11 ans

«Lorsque ma fille aînée a changé d'école l'été dernier, ses notes ont commencé à chuter. Elle ne cessait d'oublier ses cahiers, rechignait à faire ses devoirs. Je ne savais plus quoi faire. Après un diagnostic de léger déficit d'attention posé en début d'année, j'ai cherché une solution pour l'aider dans son cheminement d'écolière. C'est là que j'ai découvert «Histoires de parents». J'habite avec ma mère. Notre approche en matière d'éducation est différente: elle est très exigeante pour certaines choses, et moi parfois trop laxiste. J'espérais donc aussi que les intervenants pourraient nous donner des pistes, pour que chacune trouve sa place.

Lors de la première rencontre entre parents, l'appréhension d'exposer nos problèmes a vite été balayée par la convivialité ambiante et la richesse des échanges. On s'est rendu compte qu'on n'était pas les seules à avoir des soucis, et qu'on n'avait pas d'énormes

problèmes. Pouvoir en parler plutôt que de ruminer chez soi nous a fait du bien. Nul n'est parfait, et il n'y a pas de mode d'emploi avec les enfants: ce qui marche avec certains ne fonctionne pas avec d'autres...

Quelques règles simples à appliquer, quelques attitudes judicieuses à adopter nous permettent aujourd'hui de faire face aux éventuels conflits avec calme et sérénité. Quant à ma mère, elle a compris qu'il fallait me laisser ma place, et ne donne maintenant plus d'autorisation à mes filles sans m'en parler d'abord. Elle a aussi appris à être moins exigeante lorsque les chambres ne sont pas bien rangées. C'est un travail que les adultes doivent faire sur eux-mêmes. Idéalement, il faudrait pouvoir bénéficier de ce genre d'aide à long terme, et garder les réflexes nouvellement acquis pour ne pas retomber dans les anciennes habitudes...» →



«C'est important de ne pas trop attendre avant de demander de l'aide»

Jean-Luc*, trois fils de 14, 12 et 6 ans

«**Mon aîné de 14 ans, que nous avons adopté tout comme son frère cadet,** habite avec moi. Il est très intelligent, mais utilise sa vivacité d'esprit pour faire des bêtises: il ment, vole, fume et perturbe sans cesse à l'école. Au point que celle-ci m'a très vivement conseillé de faire appel à «Histoires de parents», car ce n'est qu'avec moi qu'il a encore quelques contacts et un minimum de respect.

Les soirées de rencontre entre parents sont très bien et nous ont permis, à moi et à mon ex-femme, qui suit les cours en parallèle dans une

autre ville, de voir qu'on ne fait pas tout faux. On se téléphone d'ailleurs régulièrement pour parler de ce qu'on a appris l'un et l'autre. J'ai vu certains parents me regarder avec des yeux effrayés quand j'ai raconté mes soucis, ils ont voulu intervenir, mais l'éducateur a souligné le fait que personne n'était là pour juger, mais pour aider à trouver des solutions.

De mon côté, j'ai pris conscience que je minimisais les choses et que je voulais maîtriser la situation tout seul, alors que je n'en ai pas la capacité. En fait, c'est important de ne pas

attendre trop longtemps avant de demander de l'aide. Les éducateurs ont eux aussi admis qu'ils ne pouvaient rien faire, et j'arrive maintenant au bout des solutions possibles. J'espère obtenir une aide du Service de protection de la jeunesse, et sinon, je me mettrai à la recherche d'une école pédagogique en Angleterre ou aux États-Unis. Cela permettra de protéger mon fils de lui-même, car j'ai peur qu'il fasse de grosses bêtises qui influenceraient sa vie entière.»

*prénom d'emprunt

« Dorénavant, c'est moi qui tiens le couteau par le manche »

Roberto Saiz, trois fils de 10, 12 et 15 ans

« J'ai gagné la garde alternée de mes enfants au début de l'année passée. Le choc a été violentissime et face à l'insolence de mon aîné et à la violence dont faisait preuve mon cadet à l'école et envers moi, je me suis dit en fin d'année que j'avais besoin d'aide. Je viens de la deuxième génération espagnole, avec un père qui levait la main quand ça n'allait pas. Et là, j'ai senti que moi aussi, j'étais sur le point de parler à coups de claques plutôt qu'avec la parole... »

J'ai regardé sur internet et j'ai trouvé « Histoires de parents » près de chez moi. J'ai intégré le groupe en janvier, j'étais le seul papa au milieu des mamans. Je ne savais pas à quoi m'attendre, je pensais que

j'allais suivre une sorte de thérapie. Et en fait, c'est un peu ça, mais en plus pragmatique. J'ai été surpris en bien: j'ai pu apprendre et réunir des outils intéressants et utiles. Mon but était de réussir à éduquer mes enfants sans crier tout le temps, et j'ai pu reprendre les choses en main.

Maintenant, tout est sur les rails. C'est clair qu'il y a encore des jours où ça va mal, mais je sais, et mes enfants aussi, que dorénavant, c'est moi qui tiens le couteau par le manche. Et je sais aussi que si j'ai un problème particulier, je pourrai toujours revenir dans un groupe pour en parler. Le suivi a été très professionnel, et le résultat vraiment au-delà de mes espérances.»



« Les parents veulent savoir comment faire respecter un cadre »



Christèle Thuner, responsable de l'unité « Histoires de parents »

« Histoires de parents », qu'est-ce que c'est? Un dispositif créé par la Fondation Jeunesse & Familles en 2009, qui a pour but d'accompagner et soutenir gratuitement les parents vaudois qui le désirent. Nous avons d'abord ciblé ceux qui avaient des enfants de 9 à 13 ans, avant d'élargir les échelles d'âge de 7 à 14, puis de 3 à 14 ans. En arrière-fond demeure la question de l'inclusion des enfants âgés de moins de 3 ans.

Que proposez-vous aux parents?

De faire appel à nous s'ils vivent des difficultés en lien avec l'éducation de leur enfant. Un professionnel va alors se rendre chez eux quelques fois, le temps de définir leurs besoins et leurs ressources. Parfois ce travail suffit pour que certains parents se sentent prêts à poursuivre leur chemin seuls ou soient orientés vers d'autres prestations.

Comment se compose votre équipe?

Nous sommes cinq intervenants sur l'ensemble du canton de Vaud, avec un coordinateur dans chaque région: les groupes ont lieu à Lausanne, La Tour-de-Peilz, Rolle et Yverdon. Nous avons tous une formation d'éducateurs.

Le type de modèles parentaux qui demandent de l'aide a-t-il changé au fil des années?

Pas de manière significative: plus de la moitié des parents sont encore en couple, et une petite moitié sont séparés. Ces dernières années, davantage de papas seuls font appel à nous: la garde partagée a changé les mentalités.

Et les demandes des parents?

On retrouve davantage de soucis liés à la gestion des écrans, mais sinon, il n'y a pas eu d'immense évolution. Les demandes se rejoignent généralement autour de la question de savoir comment faire respecter un cadre.

Le fonctionnement et les objectifs d'« Histoires de parents » se sont-ils modifiés au fil du temps?

Actuellement, un nouveau projet, intitulé « concept 360° » et destiné à favoriser l'égalité des chances entre tous les élèves de l'école obligatoire, est en train d'être mis en place dans le canton de Vaud. Dans ce cadre, le Service de protection de la jeunesse a demandé à « Histoires de parents » de faire évoluer la prestation afin qu'elle soit accessible directement au sein de l'école. Nous restons par contre attentifs à ce que l'accès direct à la prestation demeure. **MM**