



avec les enfants

La vie de famille d'une large part des Français a pris une nouvelle tournure, après seulement une semaine de confinement.

Les parents doivent trouver les mots justes pour calmer les angoisses et expliquer aux enfants ce virus qu'ils ne comprennent pas toujours bien eux-mêmes.

«La Croix» a sollicité un pédopsychiatre pour les aider à construire un discours adapté en fonction des tranches d'âge.

Grandir à l'ère du coronavirus

— En confinement depuis une semaine, la vie de famille des Français a pris une nouvelle tournure.

— Quel discours tenir aux plus jeunes, enfants et adolescents, afin de transformer cette crise sanitaire en une occasion pour chacun de grandir ?

Depuis une semaine tout juste, les Français, des plus jeunes aux plus âgés, ne sortent plus ou quasi plus de chez eux. Dans les foyers, une parenthèse s'est ouverte, les familles apprennent à vivre en huis clos. Et les parents se retrouvent sur la brèche pour calmer les angoisses et expliquer aux enfants ce virus qu'ils ne comprennent pas toujours bien eux-mêmes.

Pas simple, en effet de trouver les mots justes pour nommer cette crise d'une ampleur inédite. À tel point que Sylviane Giampino, psychologue pour enfants et vice-présidente du Haut Conseil de la famille, de l'enfance et de l'âge (HCFEA), s'étonne qu'ils aient été laissés seuls face à cette tâche pourtant essentielle. «Je regrette que ni le président de la République ni le premier ministre n'aient pensé à s'adresser directement aux enfants et aux adolescents. Dans un moment aussi grave, ils auraient eu besoin d'une parole forte», souligne-t-elle, alors que d'autres dirigeants européens l'ont fait, au Danemark et en Norvège notamment (lire page 4).

Un discours officiel aurait eu l'avantage «d'ancrer les arguments des parents dans une parole officielle», poursuit Sylviane Giampino et les enfants auraient peut-

être mieux compris le sens de l'effort qui leur est demandé. «Il faut bien voir que, pour les plus jeunes, la situation qui leur est imposée n'a rien d'évident. On parle de guerre, mais c'est une guerre sans ennemi. Il n'y a ni gentils ni méchants, personne ne veut de mal à personne, il n'y a que des soignants qui tentent d'endiguer un virus invisible», analyse-t-elle.

Comment dès lors savoir quel discours tenir ? C'est variable, car tous les enfants ne développent pas le même niveau d'angoisse, estime le professeur Thierry Baubet, chef du service de pédopsychia-

«Le coronavirus nous rappelle notre fragilité et pondère en cela l'impression de toute-puissance dans laquelle les sociétés occidentales ont placé les hommes.»

trie à l'hôpital Avicenne (AP-HP). «Cela dépend beaucoup de leur vie et de leur situation familiale, indique le médecin. Mais il n'y a pas besoin de sur-informer ou de vouloir se transformer en encyclopédie scientifique. Il faut se mettre à hauteur de l'enfant, lui demander ce qu'il a compris et s'il a envie d'en parler. Et ne pas hésiter à dire qu'on ne sait pas tout soi-même. Il me semble aussi intéressant de garder un lien, par vidéo ou autre, avec d'autres familles pour montrer qu'on n'est pas tout seul.»

Mais au-delà des premiers questionnements, l'existence de ce virus méconnu peut aussi bousculer les enfants en profondeur. «Le coronavirus nous rappelle notre fragilité et pondère en cela l'impression de toute-puissance dans laquelle les sociétés occidentales ont placé les hommes», reprend Sylviane Giampino.

Comment, dès lors, permettre aux adolescents de garder confiance dans la société qu'on leur laisse ? «Pour les adolescents, ce moment est très délicat. C'est toute une vision du monde et de l'avenir qui peut être ébranlée à l'heure où ils se construisent une image de leur futur, confirme le philosophe Pierre-Henri Tavoillot (1). Néanmoins, je crois qu'il est possible d'y remédier en insistant sur le côté exceptionnel du moment que l'on est en train de vivre. Les adolescents pourront trouver stimulant de vivre un moment historique où il faut réinventer quelque chose. C'est aussi peut-être le moment de relire Le Journal d'Anne Frank, qui est un bel exemple de confrontation entre la construction de soi et une tragédie absolue.»

Pour le philosophe, comme pour les psychiatres, il est pour cela important de pouvoir transformer ce moment en une sorte «d'épopée intérieure». «L'adolescent a besoin d'avoir le sentiment d'écrire sa propre histoire, qui est différente de celle de ses parents», explique encore Pierre-Henri Tavoillot. «Un bon moyen de les y aider est de les laisser se sentir acteurs de leur vie en ce moment», confirme Thierry Baubet. Comment ? Par exemple, en discutant avec les ados pour démêler le vrai du faux dans les informations véhiculées par les réseaux sociaux, en les laissant



repères

Dans le monde, plus de 870 millions d'élèves privés d'école

Jeudi 19 mars, 107 pays avaient dû fermer les portes de leurs écoles au niveau national. Onze autres avaient pris une telle mesure dans certaines régions, selon un décompte onusien.

La moitié de la population mondiale en âge d'être scolarisée – plus de 861 millions de personnes – ne fréquente plus l'école, selon le même bilan

qui a doublé en quelques jours. Vendredi 20 mars, le Royaume-Uni a aussi fermé ses établissements scolaires, ajoutant 10 millions d'élèves.

L'Unesco souligne les nombreux enjeux en matière de décrochage scolaire, d'alimentation (les cantines sont fermées), d'isolement et de fracture sociale sur l'enseignement à distance. L'Unicef alerte sur la situation des enfants en bidonville en France, et fait un appel aux dons de 40 millions d'euros pour renforcer son action pour le maintien du lien éducatif dans 190 pays.

aller chercher les vraies sources d'information. Les trois experts soulignent, enfin, la nécessité de relativiser. Un bref rappel historique s'impose. «On n'est pas en 1914, loin de là. On n'est pas non plus face au choléra», reprend Pierre-Henri Tavoillot. Les adolescents de 2020 face au coronavirus ne sont ni des héros, ni même

des cibles. «Il n'y a pas de tragédie personnelle à attendre puisque ce sont les personnes âgées qu'il s'agit de protéger. Ils ne prennent pas de risque physique», décrypte encore le philosophe.

Mais en acceptant de rester confinés et en multipliant les petits gestes utiles, ils apportent leur pierre à la sortie de crise qui ●●●



Anne-Lise, en télétravail avec Violette, 3 ans. Bruno Amsellem

Adapter ses mots à l'âge de l'enfant

— Les 7-10 ans

— Il est essentiel de parler aux enfants de la situation que nous vivons avec des mots adaptés en fonction de leur âge. Les conseils de la pédopsychiatre Marie-Noëlle Clément (1).

— Un tout-petit

Un bébé est très sensible à la ritualisation de la vie quotidienne. Il a ses repères selon les rythmes de la journée. Pour celui qui va en crèche ou chez une nounou, il s'est produit une rupture brutale avec son environnement familial. Son univers sensoriel est chamboulé, que ce soit en termes d'espace, d'odeur, de contacts. Sur tout cela, il faut poser des mots.

Des mots les plus simples possible. Même s'il ne les comprend pas, le bébé comprend l'intention de son parent de lui dire quelque chose, de communiquer avec lui. De cette façon, on pourra lui en reparler plus tard, lorsque l'enfant aura 3 ou 4 ans. Car cette épidémie restera, dans l'histoire de chaque famille, un moment historique dont on parlera longtemps.

— Les 3-6 ans

Aux enfants de cette tranche d'âge, les parents peuvent apporter des explications simples, avec les mots de la réalité. Le virus donne une maladie que l'on se transmet les uns aux autres, à travers de petites gouttelettes de salive. Donc on doit rencontrer le moins de monde possible, on n'a pas le droit d'aller à l'école et on reste le plus possible à la maison.

On peut toujours utiliser l'espace du jeu pour imaginer avec l'enfant des métaphores : beaucoup de contes reposent sur l'histoire d'une princesse qui doit rester enfermée pour ne pas rencontrer les dangers extérieurs!

Les parents éviteront de parler du nombre de morts, de l'affolement des hôpitaux et de la population. Ceci sous-entend aussi que, avec de jeunes enfants, mieux vaut différer l'écoute du journal télévisé après l'heure de leur coucher.

Ce qui est fondamental, c'est de mettre en valeur la manière dont chacun peut être actif face au méchant virus, comment il peut se protéger et protéger les autres. L'un des moyens est précisément de rester à la maison. Paradoxalement, ne rien faire nous rend actif par rapport à la situation. Et aussi bien respecter les gestes barrières, se laver les mains etc.

C'est l'âge où les enfants entendent et comprennent tout. Ils perçoivent l'angoisse des parents. Ces derniers ne doivent pas la nier car toute situation inconnue est angoissante. Mais, là encore, on s'attachera à valoriser les éléments positifs. Comme le rituel d'applaudir chaque soir à sa fenêtre, en hommage aux soignants qui font un travail extraordinaire, de prendre régulièrement des nouvelles des personnes isolées de son entourage, de redécouvrir le silence, le chant des oiseaux.

Ce qui est fondamental, c'est de mettre en valeur la manière dont chacun peut être actif face au méchant virus, comment il peut se protéger et protéger les autres.

Il est important de rassurer les enfants, leur dire que tout est mis en œuvre dans le pays pour nous sortir de cette situation. Parler vrai, échanger, répondre aux questions et, surtout, leur donner des raisons d'espérer.

— À partir de 11 ans

Les ados sont connectés à leurs groupes WhatsApp sur lesquels circulent quantité de nouvelles, plus ou moins fiables. Et comme le temps d'écran dont ils disposent est inédit, il est nécessaire de trier avec eux le bon grain de l'ivraie, dans le cadre d'une éducation aux écrans. Discutons avec eux de la nécessité de recouper les sources, de réhabiliter le journal télévisé plutôt que l'info en continu, sans filtre. Débriefons avec eux, mettons-les en garde contre les infos. Profitez des soirées en famille pour se déconnecter des écrans, partager des activités ensemble. Faire un jeu de société, lire, regarder un bon film. La lecture et le cinéma constituent des ressources formidables pour susciter la discussion, nourrir le débat, s'évader... même entre les murs de la maison!

France Lebreton

(1) Auteure de Comment te dire. Savoir parler aux tout-petits, 2019, Pocket.

●●● se construit. « Chaque adolescent grandit quand il comprend qu'il ne sauvera pas la planète tout seul, mais qu'il peut appeler sa grand-mère », soutient le philosophe.

« Les adolescents pourront trouver stimulant de vivre un moment historique où il faut réinventer quelque chose. »

« Le confinement, parce qu'il entrave, va apprendre à l'adolescent à mettre son ego en sourdine, renchérit Sylviane Giampino. Il va comprendre qu'être adulte, ce n'est pas "faire ce que je veux quand je veux" mais savoir s'effacer et laisser passer les intérêts des autres devant les siens propres. »

Les plus jeunes, de leur côté, vont aussi grandir en apprenant à tenir l'événement à distance. « Il est fréquent que l'enfant se sente coupable de tout ce qui arrive, explique Thierry Baubet. Il croit que

tout se qui se passe dans le monde dépend de lui. Une crise comme celle-là est une bonne occasion de lui faire comprendre que dans la réalité, il n'est pas responsable de ce qui se passe. »

Peut-être même que, paradoxalement, loin des discours pessimistes de certains adultes qui voient leur monde vaciller, celui de ces adultes de demain sera meilleur, précisément grâce à la crise. Cette piste est avancée par Thierry Baubet. « Tout événement adverse a un double effet. Dans la crise, dans la douleur naît parfois un changement positif. Il faut donc se rassurer. Par exemple, après les attentats de 2015, dont il n'y avait pourtant rien de bon à attendre, on a appris à mieux prendre en charge les victimes. »

Le Centre national de ressources et de résilience (Cn2R) met d'ailleurs des ressources en ligne afin d'aider chacun à surmonter la crise (2).

Emmanuelle Lucas

(1) Comment gouverner un peuple roi? Odile Jacob.

(2) cn2r.fr et onglet « Recommandations épidémie Covid-19 ». Gratuit.

Chaque jour, sur la-croix.com, des activités pour les enfants et les ados

Des recettes de cuisine en anglais, des playlists savamment concoctées, des coloriages de Petit Ours Brun et de Samsam ou encore des séances d'éveil corporel destinées aux tout-petits, il y en a pour tous les goûts...

« La Croix » s'est associée à l'ensemble des magazines jeunesse de Bayard et de Milan presse pour proposer chaque jour sur son site Internet des activités destinées aux enfants et adolescents de tous âges. Vous retrouverez aussi chaque vendredi en téléchargement gratuit un nouveau numéro d'« 1 jour 1 actu », l'hebdomadaire qui met le monde à hauteur d'enfant.



entretien

«Réapprendre à faire famille»

François de Singly

Sociologue de la famille

On peut tirer profit de cette période difficile pour renforcer au sein de chaque foyer la culture familiale. À condition de ne pas se laisser envahir par les tâches scolaires.

Quels sont les défis auxquels sont confrontées les familles en ces temps de confinement ?

François de Singly : L'une des difficultés tient à la relation école-famille. D'ordinaire, une large partie du travail est effectuée en classe. Et là, brutalement, on demande aux parents de se faire les assistants des professeurs – des professeurs qui s'engagent plus ou moins pour assurer une continuité pédagogique. Et ce, dans un contexte où certains ados sont en crise.

La situation peut vite devenir explosive. En premier lieu pour les parents qui ne disposent pas des outils culturels nécessaires pour accompagner leur enfant. Mais aussi pour tous les autres, parce qu'il est difficile de changer sans cesse de casquette, d'être le surveillant tatillon qui s'assure que l'exercice est fait, puis dans la foulée de se glisser dans la peau du parent qui lance une partie de cartes. C'est encore plus difficile dans une famille monoparentale où l'on ne peut pas se partager les rôles entre adultes.

La taille du domicile est-elle aussi source d'inégalité ?

F. de S. : Bien sûr. Et là encore, les familles monoparentales, qui vivent souvent dans un domicile plus petit, sont défavorisées. Le fait, par ailleurs, d'avoir ou non un jardin change beaucoup la donne. De manière générale, dans une large partie de la population, l'espace familial devient aussi, sous l'effet du confinement, un espace de travail, là où la famille moderne constitue généralement un cocon, à l'écart de la sphère sociale. Cela peut être source de tensions.

Quelle place ces jours-ci pour les écrans ?

F. de S. : L'une des difficultés consiste à gérer l'alternance de temps scolaire avec le temps libre sur écran. Un défi exacerbé par le confinement. Mais il faut reconnaître que les possibilités, offertes par le numérique, de communiquer avec des pairs peuvent aider grandement à traverser cette période difficile.



Guillaume Baptiste/AFP

Par certains aspects, le confinement peut-il être, malgré tout, perçu comme positif, à l'échelle de la famille ?

F. de S. : Le terme «confinement» est connoté négativement. Pour autant, on peut le voir comme une opportunité de réapprendre à faire famille. Autrement dit à passer du temps vraiment ensemble, à jouer à des jeux de société, à regarder un film, à cuisiner... D'ordinaire, le temps passé à la maison est largement dévolu au travail scolaire, puis on bascule dans un temps plus personnel, chacun ou presque regardant sa série ou échangeant avec les copines. Le temps familial se résume souvent au dîner, qui en France continue de résister.

Les semaines qui sont devant nous offrent l'occasion de consolider la culture familiale, qui passe certes par la transmission – raconter la façon dont les grands-parents ont traversé tel événement historique, par exemple – mais aussi le visionnage en famille d'une série, en trouvant un compromis entre les goûts de chacun. C'est aussi comme ça qu'on apprend à vivre ensemble.

Le confinement met-il à l'épreuve la solidarité familiale ?

F. de S. : Sans se donner de règles, on risque de laisser filer la journée, happé par mille et une choses. Le confinement est particulièrement délicat pour les aînés qui vivent seuls. Il est essentiel de maintenir les liens, en appelant par exemple deux fois par jour un parent isolé. Ma vieille tante m'énerve, mais je vais lui téléphoner plus souvent... On peut considérer ce confinement comme une chance de perfectionner la famille, de se perfectionner comme conjoint, comme parent, comme enfant.

Recueilli par Denis Peiron

sur la-croix.com
un entretien
avec Takis Candilis, numéro 2
de France Télévisions

vu d'Italie

A sept, dans 80 mètres carrés

Pour les familles nombreuses, la vie cloîtrée est une épreuve encore plus rude.

Mais l'union fait aussi la force, comme en témoigne l'une d'entre elles, à Forlì, en Émilie-Romagne.

Rome

De notre correspondante

Paola, 37 ans, et Sebastiano, 48 ans, sont parents de cinq enfants, Antiocho 14 ans, atteint d'autisme, Lisa, 12 ans, Flavia, 5 ans, Francesca, 2 ans et Achille, 10 mois. Toute cette belle famille vit dans un appartement de 80 m², au centre de Forlì dans la province d'Émilie-Romagne.

Sebastiano est jardinier indépendant, Paola est assistante maternelle à mi-temps dans une école. «Notre région a été l'une des premières du Nord à fermer les établissements scolaires, dès le 29 février. Ce jour-là, c'était la panique totale ! raconte la mamma, porte-parole de la tribu, jointe par téléphone. Nous avons passé une nuit entière à nous demander comment nous allions nous organiser.»

Sebastiano est donc resté à la maison le matin, car Paola n'était pas encore en congé. À partir du

11 mars, nouveau choc : toute l'Italie a été déclarée zone protégée. «Nous avons compris que nous étions en danger, d'autant que Forlì est aussi surveillée par des drones.»

Depuis, dit-elle en riant, «je suis devenue une cuisinière à temps plein. Sebastiano fait les courses, le ménage, bricole et range tout pour créer plus d'espace pour les enfants. Nous avons fait d'amples provisions, le congélateur est rempli à ras bord !»

Lisa, la cadette, joue le rôle d'animatrice et de surveillante. Elle fait ses devoirs de manière autonome, car les cours via une plateforme Internet ne sont pas encore au point. «Elle organise des séances de marionnettes, des jeux. Tout le monde se met au dessin, à la poésie, à la flûte et au xylophone. On évite la télévision, car les informations sont très anxiogènes.»

Comme dans d'autres foyers avec un enfant handicapé, le confinement complique la vie d'Antiocho. Il ne peut pas être suivi par son neuropsychiatre. Il a un permis spécial pour sortir s'aérer trois fois par jour, accompagné de son père.

Pour les autres enfants, les promenades et joggings ne sont plus autorisés. «Nous n'avons que la

cour de l'immeuble pour nous aérer. C'est une véritable bataille avec Flavia et Francesca. Dès qu'elles voient des voisins, elles veulent les embrasser !»

Consciente que le confinement sera prolongé bien au-delà du 3 avril, Paola admet qu'elle et son conjoint s'inquiètent pour l'avenir. «Mon salaire de 900 € est maintenu, mais Sebastiano n'a plus un seul client. Nous percevons 400 € d'allocations familiales mensuelles, Antiocho a une indemnité d'invalidité de 500 €. Mais combien de temps pourrions-nous vivre à sept avec moins de 1 500 € ?»

Une préoccupation que cette «mamma courage» parvient toutefois à relativiser. Même si les chamailleries sont inévitables, la famille redécouvre des petites choses, comme les tartes et gâteaux faits maison, les mots doux glissés sous les oreillers, qui rendent la vie encore plus précieuse. «Le pape a raison, il ne faut pas gâcher ces jours difficiles. Nous avons peur, mais nous avons la chance d'avoir un toit, de pouvoir renforcer les liens avec nos proches, par téléphone ou mail. Chacun de nos enfants nous apporte la lumière de l'espoir, de l'amour partagé, plus fort que jamais.»

Anne Le Nir

vu de Scandinavie

Les ministres s'expliquent en direct

Au Danemark comme en Norvège, les dirigeantes ont fait le choix de s'adresser directement aux plus jeunes sur l'épidémie de Covid-19.

Pour s'adresser aux enfants, «l'honnêteté et la franchise sur la situation et les solutions possibles sont de bons moyens de présenter les choses», lit-on sur le site de l'Unicef. En Europe, des pays comme le Danemark et la Norvège, réputés pour leur engagement dans les droits de l'enfance, poussent plus encore la communication vers les plus jeunes. La première ministre danoise, Mette Frederiksen, et son homologue norvégienne, Erna Solberg, ont en effet chacune organisé une séance de questions-réponses réservée aux enfants.

Dès le vendredi 13 mars, Mette Frederiksen s'est essayée à l'exercice dans l'émission pour enfants «Ultra Nyt», sur la chaîne publique DR. Face caméra derrière son pupitre, entourée de conseil-

lers, elle a répondu durant trois minutes à une douzaine de questions des jeunes autour de la pandémie et de la nécessaire fermeture des frontières et des institutions, dont les écoles et universités.

Lundi 16 mars, la cheffe du gouvernement norvégien Erna Solberg a pris, elle, près d'une demi-heure pour répondre à la télévision aux inquiétudes des enfants, dont les questions avaient été regroupées en amont par des journalistes de la télévision publique et d'un journal pour le jeune public : «Quelles sont les personnes que je peux voir ?», «Est-ce que je peux fêter mon anniversaire», «Combien de temps l'école va-t-elle rester fermée ?», mais aussi «Que va-t-il se passer si vous tombez malade ?»...

Erna Solberg a, par exemple, rassuré sur le fait qu'il était «normal d'avoir peur d'être contaminé». Et elle a rappelé que la fermeture des écoles, annoncée dès le vendredi 13 mars, «ne veut pas dire que ce

sonnent les vacances». Un geste politique utile ? «Le fait que cette information soit discutée avec d'autres adultes que les parents est intéressant», approuve Denis Mellier psychologue clinicien, de l'université de Franche-Comté. Cela permet d'établir une règle qui ne s'impose pas arbitrairement selon le bon vouloir d'un adulte, bien différente d'un «Tiens toi bien à table», par exemple.

Pour Marie-Paule Thollon-Behar, psychologue du développement, formatrice petite enfance, «la conscience du risque et de la létalité du virus dépend largement de l'âge de l'enfant», qui commence à intégrer autour de 6 ans l'importance de gestes barrières. «Il serait judicieux que des cellules de discussions soient créées entre les enfants et les professionnels de la santé et des pédagogues», tempère Denis Mellier. Plus encore que des figures politiques.

Léo Macia