

# Ce que cachent les mensonges des enfants

La vérité ne sort pas toujours de la bouche des enfants.

Ni de celle des parents ! Mais tous les mensonges se valent-ils ? Et jusqu'où encourager la franchise ?

« **M**es

enfants me racontent souvent de petits bobards, pour me tester. Mais, étrangement, ils laissent des indices, comme s'ils voulaient que je les démasque. Ils m'assurent, par exemple, n'avoir jamais mangé les gâteaux alors que la boîte vide est bien visible dans leur poubelle de bureau ! Et quand je gobe leurs histoires, ils sont tellement contents qu'ils me le disent ! » Le quotidien de Gabrielle, mère de quatre enfants âgés de 5 à 13 ans, ressemble à celui de bien des parents confrontés au mensonge. Interloqués de voir l'aplomb avec lequel leurs bambins nient l'évidence, ils sont parfois décontenancés, voire inquiets, de constater un accroc dans la relation de confiance qu'ils s'efforcent de tisser.

Qu'ils se rassurent : le mensonge fait partie du développement normal. « On observe les tout premiers dès l'âge de 2 ans et, autour de 4 ans, les enfants vont se mettre à mentir de manière plus fréquente », constate Olivier Mascaro, psychologue à l'Institut des sciences cognitives (CNRS, université de Lyon). À cet âge-là, l'enfant prend conscience que ses parents ne peuvent pas lire dans ses pensées et qu'il dispose d'une identité propre, et donc d'une intimité. Pour le chercheur, l'apparition de cette « compétence » est bon signe car elle met en jeu toutes sortes de mécanismes psychologiques essentiels, comme la compréhension des croyances d'autrui et les stratégies de communication.

Faut-il pour autant encourager cette aptitude naturelle ? Ces dernières années sont apparus de nombreux jeux de société basés sur le bluff, comme le *Pipolo* de Djeco (dès 5 ans), où, pour gagner, il faut savoir leurrer les autres avec assurance. Si le jeu en famille est un formidable laboratoire dans lequel on peut faire librement des expériences, « laisser passer, dans la vie quotidienne, les mensonges de l'enfant, même les plus insignifiants, revient à l'encourager à nous duper », prévient la psychologue Dana Castro, auteur de *Petits silences, petits mensonges* (1).



Le mensonge fait partie du développement normal de l'enfant. Wassily Zittel/Plainpicture

Selon elle, il est nécessaire d'apprendre à l'enfant à distinguer les « bons » des « mauvais » mensonges : les premiers servent à « préserver le lien, à ménager les sentiments d'autrui » quand les seconds « mettent en danger, soi-même ou les autres, et abîment en profondeur la relation ». Très tôt, les parents transmettent à l'enfant des règles de savoir-vivre : par politesse, mieux vaut ne pas dire à mamie que son cadeau ne nous plaît pas, ou éviter les commentaires désobligeants sur la tenue des gens... Ces mensonges « blancs », fréquemment utilisés par les adultes, assouplissent les rouages de la vie sociale, à condition d'être maniés avec parcimonie.

*Il est nécessaire d'apprendre à l'enfant à distinguer les « bons » des « mauvais » mensonges.*

Comment, dès lors, réagir face aux mensonges enfantins ? Tenter d'en comprendre les raisons semble essentiel. L'enfant a-t-il peur de ne pas pouvoir assumer la sanction ? Dans ce cas, les règles familiales doivent être sans surprises, et les punitions proportionnées. Craint-il que son image soit écornée, qu'on ne l'aime plus comme avant une fois la vérité révélée ? « S'appuyant sur le principe "Faute avouée à demi pardonnée", on doit convaincre l'enfant qu'on aura toujours de l'estime pour lui », avance le père Jean-Marie Petitclerc, éducateur spécialisé auprès d'enfants et d'adolescents en difficulté. « Et ne jamais le réduire à ses comportements : il a menti mais le traiter de menteur lui colle une étiquette qui l'enferme », souligne-t-il.

Certains ont une estime de soi si fragile qu'ils inventent des histoires dont ils sont les héros et à laquelle ils finissent parfois par croire. Dans la petite enfance, de telles affabulations, qui visent surtout à attirer l'attention, sont facilement réparables et prêtent à sourire : l'un assure avoir terrassé un lion en Afrique, l'autre a construit une fusée spatiale dans son jardin... En grandissant, toutefois, ces petits arrangements

## Ce que cachent les mensonges des enfants

« Le mensonge est, en lui-même, un moment de vérité, il nous "dit" quelque chose. »

●●● Suite de la page 13.

avec la réalité se révèlent nocifs. « Un décalage se crée entre ce que l'enfant aimerait être et ce qu'il est. L'illusion qu'il entretient ne va l'aider ni à se construire, ni à s'améliorer », indique Dana Castro. Si l'enfant prend l'habitude de mentir et qu'il le fait « sans affect », autrement dit sans réactions émotionnelles, elle préconise de faire appel à un tiers, un proche en qui l'enfant a confiance, ou un psychologue.

« Le mensonge est, en lui-même, un moment de vérité, il nous "dit" quelque chose », analyse Christophe Carré, médiateur et auteur de *Caprice, chantage, mensonge... Que faire avec un enfant qui vous manipule ?* (2). Selon lui, l'enfant ment « parce qu'il ignore la différence entre l'imaginaire et la réalité, parce qu'il méconnaît la frontière entre le bien et le mal ou simplement parce qu'il n'a pas encore trouvé d'autre moyen pour régler une difficulté ».

**Faire de ses enfants des « hommes et femmes de parole » est un travail de longue haleine.**

Aussi, lorsqu'on le surprend en flagrant délit, se mettre en colère et le forcer à avouer se révèle souvent contre-productif : l'enfant se braque et se referme sur lui-même. Mieux vaut lui assurer que l'on comprend son problème, qu'il ne sert à rien de dissimuler la vérité, et réfléchir avec lui à des solutions (réparer sa bêtise, présenter des excuses...). « C'est l'occasion d'apprendre à ne plus mentir. Saisissons-la comme un outil d'apprentissage », conclut Christophe Carré, qui conseille aux parents, à chaque fois que l'enfant dit la vérité, de lui dire combien ils sont sensibles à son honnêteté et à sa franchise. Transmettre à l'enfant les valeurs de confiance, de loyauté, faire de ses enfants des « hommes et femmes de parole » est un travail de longue haleine.

**Cécile Jaurès**

(1) Éd. Albin Michel, 2012, 180 p., 13,90 €.

(2) Éd. Eyrolles, 2017, 209 p., 18 €.

### repères

#### Un acte fréquent

**60 % des enfants de 6 à 8 ans mentiraient occasionnellement et 20 % fréquemment.** (Source : « Mensonge et mythomanie chez l'enfant » dans *Annales médico-psychologiques*, 2007).

**Les adultes ne sont pas en reste : les dix premières minutes de toute rencontre seraient ponctuées d'au moins trois mensonges, selon les recherches du psychologue et chercheur américain Robert Feldman (université du Massachusetts Amherst). Selon une étude publiée en mai 1996 dans la revue américaine *Journal of Personality and Social Psychology*, nous mentons en moyenne deux fois par jour. Et jusqu'à six fois d'après une enquête anglaise (National Scruples and Lies survey 2004) !**



Face au mensonge, se mettre en colère ou forcer à avouer se révèle souvent contre-productif. Alice S./BSIP

### témoignages

## Comment les aider à être plus sincères

« Leur ménager une porte de sortie »

**Fabienne, 46 ans, mère de deux enfants de 7 et 9 ans**

« Quand je découvre que mes enfants me racontent des histoires, j'évite de les culpabiliser ou de les humilier. J'essaie toujours de leur ménager une porte de sortie. Quand ma fille n'ose pas avouer une bêtise, par exemple, elle sait qu'elle peut me l'écrire sur un petit bout de papier. Je ne dis rien sur le moment – c'est un pacte entre nous – mais j'y reviens plus tard, pas pour lui faire la leçon mais pour lui faire comprendre l'importance de l'honnêteté, de la loyauté. Au fil de la conversation, je prends toujours des exemples dans sa propre vie : est-ce qu'elle aimerait que ses amis lui mentent ? Je lui ai également raconté un souve-

nir cuisant de ma propre enfance. Quand j'étais en CMI, on devait amener en classe un gâteau "fait maison" et ma mère, qui n'avait pas eu le temps de le préparer, avait acheté une tarte aux fraises. Quand la maîtresse a tiqué, je me suis inventé une grand-mère pâtissière. Une fois le pot aux roses découvert, j'ai éprouvé une honte épouvantable ! »

« Être franche et ne pas leur raconter des histoires »

**Sophie, mère de quatre enfants de 5 à 13 ans**

« Je n'ai jamais dit à mes enfants "Ce n'est pas beau de mentir". Mais j'essaie moi-même d'être franche et de ne pas leur raconter des histoires. Depuis qu'ils sont petits, leur grand-mère leur répète "Si vous ne finissez

pas votre soupe, le croque-mitaine va venir vous dévorer". Résultat : ils ne l'écoutent plus. La confiance doit être réciproque et l'adulte doit être cohérent. Autre exemple : le jour de la rentrée, la directrice de l'école a fait un grand discours sur l'importance de la loyauté, de la vérité, puis elle a demandé aux élèves s'ils étaient contents de revenir en classe. Mon fils a répondu non et a récolté une réflexion désagréable. Moi, je l'ai félicité pour sa franchise mais il doit apprendre à adapter son discours : on ne dit pas toujours la vérité à celui qui n'est pas prêt à l'entendre. »

« Ne pas s'énerver et dédramatiser »

**Hélène, 44 ans, mère de deux enfants de 8 et 10 ans**

« Personnellement, je ne sais pas mentir et j'ai beaucoup de

mal à supporter que mes enfants me mentent. J'ai passé des week-ends entiers à les mortifier pour qu'ils avouent une bêtise, même petite, qu'ils n'avaient avoué commise. J'en faisais une question de principe et je ne lâchais pas tant que je ne connaissais pas la vérité. Avec le recul, je me rends compte que c'était pénible pour toute la famille et, depuis, j'ai pris un peu de distance, je dédramatisais. Si le grand a bien compris le principe "Faute avouée, à demi pardonnée", la cadette, plus roublarde, est encore capable de mentir en me regardant droit dans les yeux. À chaque fois, je m'efforce de ne pas m'énerver, tout en lui faisant comprendre que je ne suis pas dupe. Puis, à tête reposée, je lui explique combien cela me fait de la peine de ne pas pouvoir lui faire totalement confiance. Mais elle n'a que 8 ans, je lui donne le temps de faire son chemin. »

**Recueilli par Cécile Jaurès**

Prochain dossier :

La pédagogie Montessori inspire de plus en plus

Si les parents se doivent de montrer l'exemple et s'efforcer de « parler vrai » à l'enfant, toute vérité n'est pas bonne à dire.

## entretien

# « Un enfant ment lorsqu'on lui ment »

Pascal Neveu

Psychanalyste  
et psychothérapeute (1)

**Les parents n'ont-ils pas une part de responsabilité dans le mensonge de leurs enfants ?**

**Pascal Neveu :** L'enfant ment souvent pour se protéger mais aussi pour protéger autrui : pour ne pas faire de peine à ses parents, vis-à-vis desquels il n'a pas tenu sa promesse d'être un enfant idéal, au comportement irréprochable. Par ailleurs, les parents sont parfois agréablement surpris de ses capacités à duper, qui témoignent d'une certaine intelligence. Cette « fierté » le stimule en quelque sorte, d'autant qu'il peut éprouver un certain plaisir à manipuler les adultes. Au fil des ans, sa capacité à mentir va s'affiner et, à l'adolescence, elle va lui servir à affirmer son identité et à s'opposer à ses parents, notamment s'ils sont trop rigides ou intrusifs.

**Les parents défendent à leurs enfants de mentir mais passent leur temps à leur raconter des histoires... N'est-ce pas paradoxal ?**

**P. N. :** Les légendes fictives que les adultes entretiennent dans l'esprit des enfants, comme le Père Noël, la petite souris ou les cloches de Pâques, sont de jolies fables qui fédèrent la famille. D'un côté, elles réjouissent les parents qui perpétuent une tradition et revivent des moments heureux de leur enfance. De l'autre, elles stimulent l'imaginaire des petits et constituent une sorte de rite initiatique : ne plus y croire marque l'entrée dans le monde des « grands ». Rares sont les enfants qui se sentent trahis lorsqu'ils découvrent la vérité.

**Est-ce que les parents doivent toujours dire la vérité ?**

**P. N. :** La transparence est à la mode mais on ne peut pas tout dire car l'enfant n'a pas la capacité psychologique, cognitive et émotion-

nelle de tout entendre. Il y a des histoires familiales douloureuses qu'un enfant n'a pas la maturité d'assimiler. Une mère ne doit pas raconter à ses enfants qu'elle quitte leur père parce qu'il l'a trompée. De même, expliquer en détail les circonstances dramatiques dans lesquelles un parent est décédé (en proie aux flammes, noyé ou s'étant donné lui-même la mort) est plus traumatisant pour l'enfant que de mentir

**La transparence est à la mode mais on ne peut pas tout dire car l'enfant n'a pas la capacité psychologique, cognitive et émotionnelle de tout entendre.**

par omission et différer ces explications. Le mensonge est néfaste s'il touche à l'histoire personnelle de l'enfant, quand on lui cache ses origines par exemple. S'il est important de préserver l'enfant de réalités trop pénibles, il ne faut ni banaliser le mensonge ni l'ériger en norme. Car un enfant ment lorsqu'on lui ment.

**Les enfants sont-ils dupes des mensonges de leurs parents ?**

**P. N. :** Ils se rendent compte très rapidement des changements parfois imperceptibles dans les comportements de leurs proches, de leur inquiétude par exemple. C'est pourquoi, par exemple, je ne conseille jamais aux couples de cacher leur processus de séparation ou un deuil qui les affecte. L'enfant a besoin de vérité mais on doit toujours veiller à utiliser des mots adaptés à son âge.

Recueilli par Cécile Jaurès

(1) Auteur de *Mentir pour mieux vivre ensemble ? Psychologie du mensonge*, Éd. de l'Archipel, 204 p., 18,50 €.

## pistes

Des films à voir en famille

**À partir de 7 ans**  
*Gus, petit oiseau, grand voyage*, de Christian de Vita.  
En mentant, Gus, un jeune oiseau migrateur, va mettre en danger ses congénères.

**Et les classiques :** *Pinocchio* de Walt Disney (dès 6 ans) et *Les Quatre Cents Coups* de François Truffaut (à partir de 10 ans).

Des livres

**Pour les 2 à 6 ans**  
*Les Mensonges*, de Catherine Dolto et Colline Faure-Poirée, Éd. Gallimard Jeunesse, 2010.  
Pour expliquer simplement le poids qui pèse sur le cœur des menteurs et la nécessité de dire la vérité à ceux qu'on aime.

*Gros mensonges*, de Clothilde Delacroix, Éd. Talents Hauts, 2016. À chaque page, un petit lapin avoue un mensonge à sa mère, dont les réactions de surprise ou de désespoir amusent beaucoup les jeunes lecteurs.

**À partir de 7 ans**  
*Le Mensonge*, de Catherine Grive et Frédérique Bertrand, Éd. du Rouergue, 2016. Un mensonge, symbolisé par un rond rouge, va envahir progressivement la vie d'une petite fille jusqu'à sa délivrance.

*Georgette la vedette*, de Christine Naumann-Villemin et Marianne Barcelon, Éd. Kaléidoscope, 2011. Quand on ment pour se rendre intéressant...

*Je n'ose pas avouer mes bêtises*, de Florence Dutruc-Rosset et Marylise Morel, coll. « C'est la vie, Lulu », Éd. Bayard, 2016.

*Max raconte des "bobards"*, de Dominique Saint Mars et Serge Bloch, Éd. Calligram, 2004.

**Pour les adolescents**  
*Everything everything*, de Nicola Yoon, Éd. Bayard, 2017. La question du mensonge est au cœur de cette touchante histoire d'amour, adaptée au cinéma en juin 2017.

## #AirDuTemps.

De nombreux ados fabriquent eux-mêmes des costumes à l'effigie de leurs personnages préférés, issus de la BD, du manga ou des jeux vidéo.

# Le « cosplay » ou l'art du déguisement



Cosplayers au dernier Comic Con Paris, en octobre 2017. Arnaud Chapuis

Se promener dans les allées des « conventions », ces salons dédiés à la « pop culture » qui se multiplient dans l'Hexagone (1), peut donner à certains parents le sentiment de débarquer sur une planète étrange. Impossible de faire un pas sans croiser des adolescents, ou jeunes adultes, arborant des perruques orange ou d'impressionnantes cuirasses. Leur but : ressembler le plus possible à un héros imaginaire, issu d'un film, d'une bande dessinée, d'un jeu vidéo ou d'une série TV.

Cette pratique, appelée *cosplay* (contraction de *costume* et de *play*, en anglais), est née aux États-Unis dans les années 1950 et s'est développée chez les fans de science-fiction avec le succès des sagas *Star Wars* et *Star Trek*. Mais c'est au Japon qu'elle a connu par la suite un essor sans précédent. « *Le pays du Soleil levant lui a offert une voie d'exportation mondiale dans le sillon tracé par le manga* », explique Pauline Mesa, alias Poppette, dans son *Abécédaire du cosplay* paru cet été chez Glénat. Entre deux conseils aux néophytes sur l'utilisation du pistolet à colle et des ciseaux de couture, elle y décrit la mutation d'un « hobby devenu une véritable industrie ».

Si les *cosplayers* les plus célèbres sont recrutés par les éditeurs de bandes dessinées et de jeux vidéo pour animer des événements, si

certains lancent même des lignes de tissus et d'accessoires, la plupart des jeunes adeptes se contentent de se déguiser pour le plaisir ou participer à des concours. « *On a le sentiment de faire partie d'une communauté* », assure un *cosplayer* de 20 ans, qui glane et partage sur Internet des techniques pour fabriquer armures en tapis de sol et autres haches en mousse.

## À notre avis

Le *cosplay* répond au désir adolescent de changer d'identité au gré de ses envies. C'est un loisir ludique et créatif qui incite les jeunes à développer des compétences en matière de couture, de maquillage, de bricolage... Il peut aider les timides à prendre confiance en eux, bien qu'il expose parfois l'adolescent à des commentaires négatifs sur un costume qu'il a passé de nombreuses heures à confectionner, voire sur son propre physique. De plus, si la pratique reste bon enfant en France, elle est parfois associée au Japon à la pornographie, et certains personnages féminins de mangas ou de jeux vidéo peuvent choquer par leur vulgarité.

Cécile Jaurès

(1) *Japan Expo à Paris en juillet, Comic Con Paris pour les amateurs de comics américains fin octobre, Game'in Reims consacré aux jeux vidéo et aux mangas fin novembre, Sugoï! autour de la culture japonaise à Rennes mi-décembre, etc.*