



ÉDITEUR DE SAVOIRS

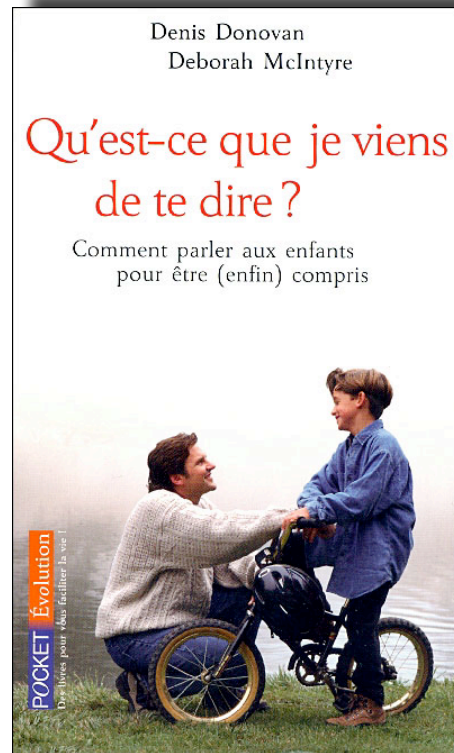
## **Qu'est-ce que je viens de te dire !?! Comment parler aux enfants pour être (enfin) mieux compris**

**Denis Donovan – Deborah  
McIntyre**

**INTERVIEW DUNOD**

### **1/ Est-ce que le phénomène d'incompréhension entre parents et enfants que vous décrivez est propre à notre époque ?**

Non, c'est un phénomène aussi ancien que le langage lui-même, et il n'est pas limité aux relations parents/enfants. Chacun de nous – parents, enseignants, philosophes, linguistes, Prix Nobel – présumons d'une part, que nous disons ce que nous voulons dire et d'autre part, que notre interlocuteur comprend exactement ce que nous pensons avoir dit. Non seulement, l'incompréhension mutuelle a toujours été une caractéristique du langage et de la communication, mais elle le restera.



### **2/ La mauvaise communication entre parents et enfants, qui peut entraîner des troubles du comportement chez certains enfants, a-t-elle forcément des répercussions sur la vie d'adulte de ces enfants ?**

Le langage est le propre de l'homme, on peut donc s'attendre à ce que ses répercussions soient profondes. Malheureusement, la plupart des conséquences négatives (ou positives !) de la communication ne sont jamais reconnues. Quand une mère répète trois, quatre ou cinq fois de suite le même ordre à son enfant, elle l'encourage littéralement à se « déconnecter » et à ne PAS ÉCOUTER. Quand un parent utilise le pronom collectif « Nous » ou dépersonnalise un comportement en disant « Albert a passé une mauvaise journée » au lieu d' « Albert a cassé la lampe », il encourage son enfant à fuir ses responsabilités en blâmant les circonstances et non pas les actions de son enfant.

Est-ce que cela signifie que les parents sont toujours à l'origine des futurs problèmes de comportement de leurs enfants ? Non, cela veut simplement dire que les parents ont beaucoup plus d'influence qu'ils ne l'imaginent – et ils doivent l'utiliser à bon escient, particulièrement à une époque où les causes « génétiques » de tout genre sont évoquées de manière abusive pour expliquer toutes sortes de comportements.

**3/ Face à une famille dont l'enfant pose des problèmes, vous préconisez toujours dans un premier temps d'essayer d'améliorer la communication parents/enfants. En tant que pédopsychiatre, qu'est-ce qui vous a conduit à privilégier cette piste de la communication plutôt que les explications d'ordre psychologique ?**

Comme Aristote le rappelait à son jeune élève Alexandre, « une explication n'est pas une cause ». Jeune psychiatre en formation, j'ai souvent été frappé par l'attitude de mes professeurs qui prenaient les descriptions et les explications cliniques pour des causes, sans tenir compte de la réalité de la vie des gens qu'ils étaient supposés soigner. Il m'est rapidement apparu que la profession confondait le diagnostic et le traitement des troubles avec la compréhension et la résolution des vrais problèmes humains. L'exemple le plus caricatural de ce phénomène est la psychanalyse lacanienne, qui est tellement tournée vers elle-même, que les patients ne sont même plus nécessaires !

Confronté à la réalité, j'ai rapidement réalisé que les problèmes ne viennent pas de l'extérieur mais que l'homme se les crée lui-même. Par exemple, une femme qui avait été traitée pendant des années avec des thérapies et des médicaments pour des problèmes d'anxiété et de crises de panique, m'a expliqué qu'elle se sentait comme « prise au piège » quand elle était entourée d'autres voitures à un feu rouge. Bien sûr, cette femme était anxieuse, mais la vraie solution à ses problèmes consistait à lui faire prendre conscience qu'elle était victime du langage. Sa voiture avait bien quatre portes, quatre fenêtres, un toit ouvrant ; se sentant prise au piège, elle pouvait donc s'échapper tout simplement en sortant de la voiture. Mais dès lors qu'elle s'était dit à elle-même « je suis prise au piège ! », elle était effectivement prise au piège – et son cœur commençait à battre, son anxiété montait. En réalisant comment le langage pouvait créer des problèmes – ou permettre de les résoudre – elle s'aperçut qu'elle pouvait changer sa vie en profondeur.

Cela devrait servir de leçon aux parents, particulièrement aux mères « qui n'en peuvent plus ! ».

**4/ Aux Etats-Unis, dans votre spécialité, êtes-vous nombreux à avoir cette approche particulière pour traiter les enfants souffrant de troubles du comportement ?**

Hélas non, notre approche est unique et minoritaire. Aux Etats-Unis, le « traitement » le plus courant pour les troubles du comportement chez les enfants consiste à leur administrer un remède miracle sous forme de médicament. On trouve ensuite tous les « remèdes miracles » proposés par les psychologues et les spécialistes du comportement des enfants.

La question du tout début de la relation parents/enfants est en constante évolution, sans arrêt une nouvelle technique remplace l'autre. Nous avons écrit « Qu'est-ce que je viens de te dire !?! » justement pour riposter contre cette tendance générale à médicaliser et à donner des explications psychologiques aux comportements courants et quotidiens. Avec cet ouvrage, nous souhaitons offrir aux parents, enseignants et cliniciens une approche simple, réaliste et facile à comprendre, qui ne crée aucun nouveau problème et permette d'en régler de nombreux.

**5/ Vous critiquez les spécialistes de l'enfance, qui selon vous, ne sont pas suffisamment à l'écoute des enfants et ont recours à des théories toutes faites. Que préconisez-vous contre cette « théorisation excessive » ?**

Le scepticisme, la curiosité, l'écoute attentive et l'observation sont les meilleures armes contre le recours excessif aux théories. On peut aussi ajouter à cette liste ce que Descartes pensait être la chose la plus répandue dans le monde : le bon sens. Il ne pouvait pas se tromper d'avantage !

La solution réside en fait en tout premier lieu dans l'information des parents, NON PAS l'information à propos des derniers diagnostics, remèdes miracles ou autres théories toutes faites, mais plutôt l'information sur la manière dont les enfants se développent, pensent, communiquent, se transforment et évoluent. C'est à la portée de tous les parents.

**6/ Vous insistez sur la responsabilité des parents pour améliorer la communication avec leurs enfants. Ne craignez vous pas que cela décourage les parents et n'augmente leur sentiment de culpabilité vis à vis de leurs enfants ?**

Les parents ne seront découragés que s'ils traduisent ce que nous leur disons par « tout est de votre faute ! », or ce n'est pas du tout ce que nous disons. Notre message est au contraire très positif : « parents, vous avez beaucoup plus de pouvoir que vous ne pensez pour façonner la vie et le comportement de vos enfants ». Mais les parents ne sont ni plus ni moins responsables que personne d'autre. Quand les parents réalisent que chacun peut être tour à tour maître ou victime du langage, ils apprécient alors de devenir plus acteurs.

Pratiquement tous les parents avec lesquels nous travaillons finissent par prendre du plaisir à leur nouvelle manière d'appréhender la communication, et ils ne se sentent ni coupables ni découragés.

**7/ Tous les parents souhaitent adopter un comportement cohérent, structurant et rassurant vis à vis de leurs enfants. Mais dans la vie courante, il n'est pas facile de faire tous les jours preuve de patience et de bon sens... Vos conseils sont-ils vraiment à la portée de tous les parents ?**

Nos conseils sont bien à la portée de tous les parents, mais il est primordial d'être « cohérent » et d'adopter une attitude « structurante ». Le développement, la compréhension et l'apprentissage sont des *processus* ainsi que la communication, et tout processus prend du temps. Les parents français pensent qu'ils ont très peu de temps, et les parents américains pensent qu'ils n'en ont pas du tout. Mais en fait, ils en ont – ils ont tout le temps de l'enfance. Ce ne sont donc pas les techniques sophistiquées qui conduisent au succès mais la patience et la persévérance.

Nous pensons en fait que les parents « natures », qui ne sont pas au courant des dernières théories, sont plus réceptifs pour comprendre notre message et utiliser nos conseils simples mais efficaces, par rapport aux parents « experts » qui doivent tout d'abord abandonner tout ce qu'ils croyaient savoir.

**8/ Les petits américains sont « victimes » d'une épidémie d'ADD (« Attention Deficit Disorder » ou « troubles de déficit de l'attention ») soignée de manière massive par la Ritaline (une molécule proche des amphétamines). Selon vous, tous ces enfants souffrent-ils réellement de troubles mentaux ?**

Non, tous ces enfants ne souffrent pas réellement de troubles mentaux. C'est une question de bon sens. En effet, les cultures qui sont centrées sur les enfants et dans lesquelles les attentes sont très fortes, comme le Japon ou Singapour par exemple, n'ont pas ce genre de problèmes. Aux Etats-Unis, les attentes sont très faibles, et dès qu'un enfant ne s'engage pas spontanément dans le comportement « attendu » ou l'apprentissage « correct », les Américains recherchent des « explications » et des « causes » d'avantage que des solutions. Administrer des drogues à de très jeunes enfants, c'est admettre que personne ne sait comment résoudre le problème – si celui-ci existe vraiment – et qu'il faut agir sur l'organisme lui-même. C'est un point de vue très pessimiste et peu réaliste.

**9/ Est-ce aussi pour lutter contre le recours excessif à la médicalisation dans les troubles du comportement des enfants que vous avez écrit cet ouvrage ?**

En effet, mais l'administration excessive de médicaments est un exemple parmi d'autres de l'utilisation « du marteau pilon pour écraser une mouche ». Les enfants sont étonnants. Le développement est étonnant. Le langage est étonnant. Rien n'est plus complexe que le cerveau humain et cependant il est aussi capable de solutions à la fois brillantes et simples. Nous souhaitons que les parents redécouvrent l'invention la plus intéressante de tous les temps – la richesse créative de l'esprit des enfants, et son invention la plus utile – le langage et la communication.