

Bon à savoir

## ● Culture de conflit au lieu d'agressivité et de violence

### Conflits et agressions

Les conflits sont généralement un des signes d'une cohabitation vivante. Lorsque les opinions et intérêts des différents membres d'un foyer divergent, un juste équilibre doit être trouvé. Ce processus se passe rarement sans tension et peut engendrer des conflits. C'est une preuve de compétence sociale quand les personnes en conflit arrivent à discuter ensemble et à trouver des solutions pour résoudre les problèmes qui les opposent. Pour pouvoir mettre en avant ses propres besoins et désirs, et éventuellement s'imposer, il faut faire preuve d'énergie. Au sens large, on peut parler dans ce cas « d'agressivité ». Cette forme d'agressivité est normale et saine. Dans le langage courant, cependant, le terme d'agressivité désigne la plupart du temps la perversion de cette affirmation de soi saine qui se transforme en des rapports impitoyables et violents avec les autres. Dans ce cas, les actions agressives sont déterminées par des émotions négatives (la colère, la haine). Si les personnes concernées ne sont pas capables de gérer positivement les conflits, il en découle une agression destructrice ou une subordination humiliante qui pèsent profondément sur celles-ci.

### Conflits familiaux

Bien que personne n'aime voir une famille se quereller, il n'est pas possible d'établir que l'on vit mieux dans des familles ne rencontrant aucun conflit. Si les difficultés rencontrées sont dissimulées ou qu'il existe une « interdiction du conflit », il en résulte une atmosphère tendue. Dans ce cadre, il est presque impossible qu'une personne puisse exprimer ses propres souhaits et préoccupations. Les enfants ne peuvent pas apprendre à régler une telle situation en s'imposant ou en respectant les besoins différents d'autres personnes. Pour eux, il est alors compliqué de développer leur propre identité et d'atteindre l'autonomie car ils ne peuvent pas se distancer activement. La souffrance mentale, la dépression ou un comportement perturbateur chez ces enfants sont les conséquences possibles de ce type de situation. Toutefois, il est vrai qu'une atmosphère conflictuelle peut également être vécue comme un réel poids. Une querelle remplit complètement l'espace dans lequel elle se déroule. Même si le conflit est dénué d'agressivité, les personnes restent souvent blessées intérieurement après une dispute si la situation n'a pas été par la suite clarifiée. Parfois, les conflits au sein d'une famille augmentent de façon incontrôlable et dégénèrent. Si de nombreux conflits existent entre les membres d'une famille – que ce soit entre frères et sœurs, entre parents et enfants ou entre le père et la mère – cette ambiance devient alors très pénible pour tous. Dans les périodes de transition impliquant de nombreux changements internes et externes, les conflits conduisent le plus souvent au surmenage.

### Violence domestique

Si des conflits dégénèrent en violence à l'intérieur d'un couple marié (ou entre des conjoints), on parle dans ce cas de violence domestique. Cette dernière peut revêtir différentes formes : par exemple, pousser, battre, emprisonner, menacer, forcer une personne à commettre certains actes – parfois même sexuels. Toutes ces actions ont un point en commun : elles détruisent non seulement la relation entre les conjoints, mais sont aussi un très lourd fardeau qui pèse sur toute la famille. Les enfants qui grandissent dans un climat de violence domestique en resteront marqués toute leur vie. Ce constat est valable indépendamment du fait qu'ils aient eu un contact direct ou indirect avec cette violence, qu'ils soient eux-mêmes battus ou bien simples spectateurs. Le foyer n'assure alors plus sa fonction de lieu de refuge où les enfants

Page suivante »

peuvent se détendre mais devient un endroit synonyme de menace, de peur, de domination et d'impuissance. Les parents deviennent des figures menaçantes ou menacées et ne peuvent plus leur fournir un soutien et une orientation suffisantes. Dans ce cas, les parents ne sont souvent pas conscients de la force avec laquelle la violence domestique affecte leurs enfants. Au lieu de les protéger et de stopper cette violence – en se séparant, par exemple, du conjoint violent – ils pensent faire du bien à leurs enfants en conservant la cohabitation telle qu'elle existait auparavant. Les personnes subissant ou exerçant une violence au sein de leur couple devraient se rendre au plus vite dans un centre de consultation (bureau d'aide à la violence / aide aux victimes) pour trouver un moyen de sortir de cette situation dommageable pour tous les membres de la famille.

### **Les enfants agressifs**

Les enfants dépendent entièrement de la communauté qui les entoure. Ils souhaitent faire partie de cette dernière et satisfaire leurs parents et les autres adultes. Au cours de leur développement, ils se confrontent activement à leur environnement, l'explorent, acquièrent de nouvelles compétences et les mettent en pratique. Dans ce processus, ils entrent souvent en conflit avec d'autres personnes. Les enfants doivent également apprendre à faire la distinction entre l'affirmation de soi et la violence. Peut-on parler d'agressivité dans le sens de violence quand un enfant de deux ans pousse un autre enfant pour lui prendre un jouet convoité ? Les enfants en bas âge sont inexpérimentés et entrent souvent et facilement en conflit – petit ou grand – avec les autres enfants. Afin de s'exprimer, ils utilisent leur voix, des expressions faciales et des postures. Les enfants peuvent utiliser leurs mains et leur corps de manière « agressive » quand ils sont interrompus dans leurs jeux, lorsqu'ils sont à la recherche de contact, quand ils souhaitent tromper leur ennui et leur solitude, s'ils veulent dominer une situation ou bien encore s'ils désirent quelque chose. Dès qu'ils apprennent à mieux s'exprimer et qu'ils développent leurs compétences sociales, leurs actions et gestes agressifs diminuent. Afin que ce processus puisse réellement avoir lieu, les enfants ont besoin d'un environnement répondant suffisamment à leurs besoins. Les enfants qui sont régulièrement frustrés, qui ne peuvent faire que des expériences très limitées, qui ne sont pas respectés ou qui ne savent pas comment influencer les choses pour se faire comprendre réagissent fréquemment en adoptant un comportement agressif. Les enfants et les adolescent·e·s doivent pouvoir se sentir utiles à l'intérieur et en dehors de la famille tout en ayant un sentiment d'appartenance à un groupe. Concernant les enfants qui ont un caractère naturellement plus difficile, il est peu aisé pour leur entourage de réagir de manière adéquate. Si les parents ont une éducation trop stricte (règles rigides et application stricte de ces dernières) qui déprécie régulièrement leurs enfants (ne rien les laisser faire seuls, se moquer d'eux) ou qui ont même recours à la violence (châtiment corporel), les enfants ont de grandes chances de développer un comportement agressif constant. Les parents doivent servir de modèle dans leur manière de gérer les conflits : en effet, la culture du conflit au sein d'une famille influence fortement la manière dont les enfants y feront par la suite face. Enfin, des conditions de vie incertaines et le manque de perspectives peuvent aussi être à l'origine d'un comportement agressif chez les enfants et les adolescent·e·s. Les familles ont donc besoin d'un soutien et d'une reconnaissance extérieurs.

### **Résoudre les conflits**

Les conflits peuvent être résolus si les parties concernées prennent le temps de clarifier leurs positions dans l'atmosphère la plus paisible possible. S'il y a un différend au sein d'une famille, il est important d'en parler une fois que celui-ci est apaisé. Tous les participant·e·s doivent alors être en mesure d'exposer leur point de vue et leur situation propres. Pourquoi ai-je claqué la porte ? Pourquoi ai-je haussé le ton de ma voix ? Qu'est-ce qui m'a dérangé ? Pourquoi ai-je refusé de faire telle chose ? Comment est-ce que je me sens ? Qu'est-ce qui me pose problème ?

Qu'est-ce que je veux et de quoi ai-je besoin ? Quelles sont les règles de coexistence qui doivent s'appliquer ? De quelles libertés dispose chaque membre de la famille ? Il est très important que toutes les personnes impliquées dans le conflit soient des interlocuteur-trice-s égaux-les lors de cet échange – ceci est particulièrement vrai dans le cas des enfants. Ils doivent avoir la possibilité de participer à toute conversation qui les concerne directement, même si ce sont finalement les adultes qui prendront la décision finale. S'il y a une divergence entre les mots et les faits et que les différents interlocuteur-trices n'arrivent pas à se comprendre, cette situation continuera de poser problème au sein de la famille. Par contre, si les positions de chacun sont claires pour tous, il est alors plus aisé de chercher la manière la plus adaptée de concilier les différents besoins de chacun sous un même toit. Dans la plupart des cas, il s'agit d'un processus qui nécessite différentes étapes jusqu'à ce que toutes les parties concernées soient satisfaites. Parfois, il peut être nécessaire de faire des excuses pour résoudre un conflit parce qu'une chose blessante a pu rapidement être dite lorsque celui-ci a éclaté. Cela est particulièrement vrai pour les adultes. Fondamentalement, ils ont – dans toutes les situations conflictuelles – plus de responsabilités à porter que les enfants qui sont encore en train d'apprendre. Parfois, les enfants doivent apprendre à respecter les excuses de leurs parents ou d'autres personnes qui sont responsables d'eux. Ceci peut et doit s'effectuer sans humiliation. Quand les gens se sentent respectés et ont l'impression que leurs préoccupations et leurs souhaits sont pris en considération, une coexistence enrichissante peut se développer. Enfin, il est aussi essentiel de prendre du recul et de dédramatiser les choses quand les problèmes sont mineurs : rire ensemble permet effectivement de résoudre simplement et efficacement de nombreux problèmes !