

# Ceux qui veulent préserver leurs enfants de tout ne leur rendent pas service

par Allan Guggenbühl\*



Allan Guggenbühl.  
(Photo allan  
guggenbuehl.com)

De nombreux parents placent leurs enfants au centre de leur vie et n'exigent rien d'eux. Mais grandir implique aussi des frustrations, des défis – et apprendre à les surmonter.

«Faire la grasse matinée le lundi matin est un droit humain!», m'explique un adolescent avec défi. Il est indigné que son maître d'apprentissage lui demande de se présenter à son travail à sept heures du matin après le week-end.

Le lundi matin, il doit se remettre du week-end, explique-t-il. Se lever tôt est impossible!

Grandir est un processus long, complexe et plein de défis. La plupart des enfants passent leurs premières années dans un environnement protégé. Dans les petites familles, ils sont le centre de l'attention de leurs parents. Ceux-ci organisent leur temps libre et leur quotidien en fonction de leurs enfants. Les vacances sont axées sur les enfants et leurs contacts sociaux sont surveillés. Le bien-être et la prévention des frustrations sont des préoccupations importantes pour les parents. Plus tard, à l'école, on essaie de répondre aux problèmes des enfants et de leur témoigner de l'empathie. Les exigences extrêmes et la démarcation démonstrative sont considérées comme problématiques: il s'agit d'écouter et de trouver un consensus. En cas de problèmes, on en recherche les causes et, si nécessaire, on fait appel à des aides supplémentaires. Les parents comme les écoles s'efforcent d'offrir aux enfants une enfance heureuse et de les aider à s'épanouir.

## Loisirs professionnalisés

Mais les enfants n'ont pas toujours été au centre de l'attention du monde adulte; l'importance de l'enfance et les stratégies des parents ont chan-



Les enfants et les adolescents s'imposent souvent plus d'exigences que leurs parents ne le pensent.  
(Photo keystone)

gé au cours des dernières décennies. Il y a cinquante ou cent ans, très peu d'enfants avaient leur propre chambre. Ils dormaient dans la même pièce, voire dans le même lit que leurs frères et sœurs, et à table, ils devaient composer avec une sœur insupportable ou un frère grossier.

Aujourd'hui, de nombreux enfants grandissent avec peu ou pas de frères et sœurs et disposent même de leur propre salle de bain. S'ils veulent jouer, ils ne sont pas relégués à la cave, mais peuvent bien sûr utiliser le salon. Les enfants ne passent plus leur temps libre dans la rue, dans les bois ou dans les arrières-cours; leurs loisirs sont désormais professionnalisés. Cours de peinture, groupes de jeux, cours de natation, ballet, cours de résilience ou aventures de pirates sont au programme. Les adultes sont présents et peuvent intervenir en cas de conflit. Si le trajet pour se rendre à l'école est trop long, les autorités sont saisies et en cas de sanctions en classe, les parents font appel à la direction de l'école (autrefois, une sanction supplémentaire était infligée à la maison). La protection des enfants et la prise en compte de leurs souhaits sont aujourd'hui prioritaires.

Nous souhaitons tous à nos enfants une enfance heureuse et détendue. Conscients des conséquences des mauvaises expériences vécues pendant l'enfance, nous accordons beaucoup d'attention au développement des enfants

\* Allan Guggenbühl est psychologue et psychothérapeute. Il est professeur émérite à la Haute école pédagogique de Zurich.

et des adolescents et voulons que la génération suivante grandisse avec peu de frustration et de colère. Plus une société est prospère et moins elle a d'enfants, plus ceux-ci ont une importance émotionnelle et font l'objet de préoccupations. L'importance centrale accordée aux enfants a des répercussions sur leur comportement.

### **Il n'y a pas de droit au bien-être**

«Mes copines ont été méchantes avec moi! Elles m'ont exclue du jeu de l'élastique», se plaint une fillette à sa mère. S'ensuit une discussion avec l'enseignante, puis une discussion en cercle avec toute la classe. Les filles accusées promettent de ne plus être méchantes et d'inclure leur camarade. Le fait que cette fille ait été exclue en raison de son manque de volonté de coopérer et de son comportement désinvolte n'est pas abordé. Les parents et l'enseignante ne veulent en aucun cas que la fille soit frustrée et éventuellement traumatisée.

Le problème de l'approche centrée sur l'enfant et l'adolescent est qu'elle suggère aux enfants qu'ils ont le droit d'être acceptés tels qu'ils sont et que leurs frustrations ne sont pas de leur faute. Ils auraient droit au bien-être et à ce que leurs souhaits soient pris en compte. Un aspect important de la croissance passe ainsi au second plan: surmonter ses propres frustrations, la nécessité de faire des efforts et de relativiser ses propres expériences douloureuses.

La vie n'est pas un terrain d'épanouissement personnel, mais une succession d'expériences laborieuses. Les échecs, les méchancetés, les injustices, le rejet social font tout autant partie de la croissance que le développement de ses propres intérêts, les amitiés et les belles expériences. Il est toutefois important de noter: tout le monde et toutes les institutions ne vous accueillent pas à bras ouverts. Beaucoup ne sont pas impressionnés par vous, trouvent que vous manquez de compétences ou d'intelligence, voire vous considèrent comme un élément perturbateur. On ne se fait pas seulement des amis, on rencontre aussi des ennemis. La vie est épuisante.

Développer une carapace, de la persévérance et la capacité de mettre de côté ses propres désirs et sentiments dans certaines situations fait donc partie du programme de développement vers l'âge adulte. Il faut parfois ravalier sa colère, ignorer sa propre sensibilité, supporter les injus-

tices et rester calme. Devenir adulte est difficile, car on ne bénéficie plus du regard inquiet de sa maman et des interventions de son papa. On est livré à soi-même et l'entourage ne nous trouve souvent pas aussi formidable que nos parents ou peut-être un thérapeute l'ont suggéré. Le chemin vers l'âge adulte est semé d'embûches et pavé d'échecs et d'expériences traumatisantes. Il faut apprendre à encaisser et à refouler ses propres sentiments.

Le problème, cependant, est que la pédagogie évite les thèmes de l'endurcissement et de la tolérance à la frustration; elle préfère naturellement se concentrer sur des objectifs positifs. La promotion des talents et des intérêts est au premier plan. L'harmonie, l'épanouissement personnel et, bien sûr, la prévention de la frustration sont au programme. En tant que père ou mère, on souhaite à son enfant une enfance heureuse.

Il en résulte toutefois une génération qui a du mal à gérer les échecs et les offenses et qui considère donc les exigences d'adaptation désagréables comme une impertinence. Elle s'attend à ce que son environnement s'adapte à elle et s'indigne lorsque ses propres souhaits et sensibilités sont ignorés. Or, comme nous le savons tous, le chemin vers la vie adulte n'est pas un long fleuve tranquille, mais est également lié à l'expérience de ses propres insuffisances, échecs et injustices. Le monde n'attend personne, et l'entourage ne comprend pas toutes les préoccupations.

On ne peut pas remonter le temps. Personne ne souhaite une éducation dure et sans amour, comme c'était le cas dans les internats britanniques. L'éducation et l'école doivent être humaines. Cependant, la prospérité et l'attention portée aux enfants ont pour conséquence que la dureté de la vie n'est plus vécue dans des bandes d'enfants où règnent des hiérarchies et dans des familles où la survie matérielle est au premier plan ou dans lesquelles il faut s'imposer face à plusieurs frères et sœurs. On discute avec l'enfant et on négocie lorsque quelque chose ne correspond pas à ses souhaits, et on cherche des solutions consensuelles. Tout cela représente des progrès importants auxquels on ne veut pas renoncer. Le danger est toutefois que la confrontation avec la dureté de la vie soit suspendue. Les jeunes atteignent l'âge adulte avec une attitude qui ne laisse aucune place au dépassement de soi et à la dureté envers soi-même.

### **Se dépasser soi-même**

«Oui, nous avons une grange où nous pouvons passer la nuit s'il pleut!», assure au téléphone le chef scout de 13 ans à la mère d'un garçon de son groupe. Ils ont prévu un week-end de camp dans l'Oberland zurichois, dans une forêt. Seuls les chefs scouts ont des téléphones portables. Impressionnée par les capacités d'organisation de ce chef scout, je lui demande comment il a trouvé la grange. «La grange? Je n'ai rien organisé», répond-il. «Mais cela rassure la mère quand je l'affirme.»

En effet, un orage a éclaté pendant le week-end et le groupe a dû se protéger sous des bâches dans la forêt. Les scouts sont rentrés chez eux complètement trempés. A la grande surprise des parents, le week-end a toutefois été un franc succès pour les scouts. Les garçons âgés de huit à dix ans sont rentrés chez eux tout fiers. Aucun signe de pleurnicherie.

Ce n'est peut-être pas aux parents et à l'école de déshabituer les enfants à se plaindre, mais ils apprennent cela entre eux, de manière autonome ou en groupe. Lorsque les enfants sont entre eux, qu'ils se plongent dans un sujet ou se consacrent à un sport, ils apprennent également à se dépasser et à ne pas réagir de manière hypersensible. On ne peut pas se permettre d'être trop pleurnichard avec ses camarades, et un objectif commun incite à se dépasser. Le groupe de scouts était trempé et à moitié gelé. Mais à la fin, les garçons étaient fiers de leur expérience. Ils avaient le sentiment d'avoir accompli quelque chose et se sont ensuite vantés de leur week-end. Ils ont gagné en confiance en leur capacité à maîtriser des situations délicates.

Source: <https://schweizernonat.ch/wer-kinder-von-allem-verschon-en-will-tut-ihnen-keinen-gefallen/>, 24 novembre 2025

(Traduction «Point de vue Suisse»)