

# Développer la confiance en soi

L'histoire de Victor

Jean-François LAURENT,  
enseignant, formateur, chercheur  
jean-francois.laurent@chello.fr

J'ai beau changer de métier dans l'enseignement : directeur, formateur, enseignant, rééducateur, j'ai beau changer de pays pour découvrir d'autres systèmes proches de nous, j'ai beau multiplier les rencontres, tourner les concepts dans tous les sens, j'ai beau, beau, beau... c'est un adjectif qui sonne mal actuellement pour trop nombreux d'entre nous. J'ai mal à ce qu'on nous a fait subir. J'ai mal à ce qu'on fait subir à nos enfants. J'ai mal en notre capacité à modifier le sens de l'éducation.

Et si nous nous trompons ou plutôt, si nous n'arrivons pas à comprendre la première mission qui devrait nous habiter, guider nos pratiques : d'abord préserver puis développer la confiance de chacun, la confiance en soi, un imago positif, un narcissisme bien développé. Appelez-le comme il vous convient, mais c'est bien de cette possibilité de chacun d'être lui-même, elle-même, confiant, assuré, enraciné.

Quelle est cette machine infernale que nous avons élaborée pour élever nos enfants ? J'entends « élever » au sens premier du terme. Pourquoi asseoir notre autorité en abaissant l'autre, l'humiliant, le faisant taire, détériorant petit à petit, au fil des classes, des conflits, des errements cognitifs, des incompréhensions, des fautes, des écarts à la norme idéale ?

De quoi je parle ? Quelle mouche me pique ? Oui, la mouche de la honte à force d'entendre, d'analyser, d'avoir pratiqué au début une pédagogie, une relation éducative, un autoritarisme destructeur. Nous allons l'illustrer avec quelques exemples parlants mais si nombreux dans la vie d'un petit bonhomme qui aura du mal à se redresser une fois l'âge adulte atteint et qui préférera vivre

petitement, jonglant en cancer en dépression, d'alcool en violence, ou simplement de match de foot en série américaine...

Victor est né il n'y a pas longtemps. Il marche vers le four qui est allumé. Sa maman se précipite et lui tape sur la main. Elle a eu peur qu'il ne se brûle. Victor pleure d'incompréhension mais aussi de la brûlure de la frappe. Il réessaie pour vérifier et reçoit la même réaction de sa maman qui crie et le met dans sa chambre. Victor ne comprend pas...

Victor a trois ans, il est en classe de petite section maternelle. Il s'est appliqué pour dessiner ce que demandait la maîtresse, mais il a du mal avec le geste graphique. Il appuie trop sur son feutre, il ne comprend pas pourquoi la maîtresse le gronde car il abîme les pointes. « Et pourtant ils sont fait exprès pour des enfants comme toi ». En corrigeant le dessin, la maîtresse dessine un visage qui fait la grimace en haut à droite de la feuille. En recevant le fichier aux vacances, ses parents voient cette grimace et lui disent que ce n'est pas bien...

Victor a six ans, l'âge d'aller au CP, à la grande école. Il est impressionné mais fier de lui. Apprendre à lire, c'est difficile. Il est né en fin d'année, il a des difficultés pour rester concentré et assis sur sa chaise. Il ne comprend pas pourquoi certaines fois B et A font BA, mais pas toujours. Si il rajoute un I, ça chante « Bai ». S'il met un N après, ça chante « BAIN » et s'il ajoute encore un E, ça chante encore autrement « BAINÉ ». Ce n'est pas simple quand on a à peine six ans. La maîtresse rouspète et crie, s'acharne à lui faire rentrer tout ça dans la tête. Rien n'y fait. On convoque ses parents. On ne comprend pas. Ses parents doutent de Victor, se font du souci. Ils vont consulter un spécialiste. Victor doute de lui, de ses capacités. « Et si je n'étais pas intelligent ! Je crée des problèmes à mes parents, ils parlent, discutent et j'entends ce qu'ils disent à travers les cloisons. J'ai peur de moi. Demain, j'irai mieux ». Mais le lendemain, le programme a continué et Victor a eu de plus en plus de pression. Il pleure, a peur, angoisse, bouge de plus en plus... « On le traitera pour les vers »...

Victor a neuf ans. Il est au CM1. C'est la veille de Noël, le directeur vient remettre les carnets de note. Ils s'appellent maintenant cahiers d'évaluation. A l'intérieur sont notées des compétences avec des renseignements comme : acquis, en cours d'acquisition et des non acquis. « Tiens, on est revenu à des notes chiffrées ». Sous la pression des parents et de quelques enseignants garants de la tradition scolaire, on est revenu au bon vieux système qui marchait si bien... pour les non exclus du système. Le directeur appelle les enfants par ordre alphabétique. Ils se lèvent au fur et à mesure. Vient le tour de Victor qui tremble en son for intérieur mais ne le montre pas. Les sentences pleuvent sur la

classe. Seuls les cinq premiers sont exempts de reproches. Devant tout le monde, ses copains et la maîtresse, il lit : « Victor pense plus à s'amuser qu'à travailler. Peut mieux faire. Des difficultés en histoire et géographie. Apprend-il ses leçons ? » Victor baisse la tête, ses yeux fixent le sol. Il est triste et a peur de la réaction de ses parents. Il risque de se faire gronder. Papa va crier de déception. Maman va se prendre la tête dans les mains en disant : « Et dire qu'on fait tout pour lui, et voilà ce qu'il nous donne. Faites des gosses, vous êtes sûrs d'être déçus ! ». Ou alors : « Si tu ne fais pas ça, tu vas voir ce qui va t'arriver ! Attention Victor, tu vas te faire gronder ! Si tu n'as pas une bonne note, tu seras puni !... » Son père va lui supprimer sa console, activité dans laquelle il se réfugie, s'évade, où il fait semblant...

Victor a maintenant 13 ans. Il vient de se battre sur la cour de récréation pour protéger un de ses copains. Il est attrapé par le surveillant qui l'envoie en hurlant chez la principale du collège. Elle ne l'écoute pas, mais d'une colère froide le condamne aux travaux du mercredi après-midi en colle. Comme il a été le plus fort dans la bagarre, l'autre enfant est placé en victime, il n'aura pas de punition. Les parents de Victor l'obligent à s'excuser devant la principale et le surveillant. Victor est humilié, mais il ne dit rien. « C'est comme ça ».

Arrivé en lycée professionnel, les lycées où 80 % des enfants se retrouvent par défaut, parce qu'ils n'avaient pas le niveau pour le lycée général, Victor subit encore des notes, des moyennes. Il a 0 en anglais, 2 en maths. Il ne vaut rien. Il va le devenir... ce rien ...

Des Victor, nous en avons tous rencontrés de nombreux. Presque tous les enfants sont des « Victor » ou plutôt le deviennent... comme si c'était une destinée, ma destinée, notre destinée.

Des éducateurs de Victor, nous l'avons tous plus ou moins été. Est-ce une raison pour s'en suffire ? Je ne le pense pas. En nous tous brille, au-delà de notre insécurité, de notre peur devant l'humain en devenir, une flamme d'amour, de bienveillance, d'empathie qui ne demande qu'à se raviver. Avant d'être éducateur de Victor ? Nous avons tous goûté du « Victor ». Nous l'avons tous été peu ou prou. C'était comme cela, un passage obligatoire pour devenir adulte. Et si nous nous étions trompés ? Et si nous pouvions changer le cours de l'éducation ? Sommes-nous obligés de rester fidèles, malgré nous, à cette « pédagogie noire » comme le définit si bien Alice Miller ? Pédagogie familiale parce que connue de nous tous. Ne renions pas notre passé, ne renions pas nos parents et éducateurs,

mais modifions nos pratiques. Des Victor ont pu devenir professeurs. Ils ne demandent qu'à s'épanouir.

La question du comment nous brûle tous les lèvres. Oui, comment faire autrement avec comme objectifs ? Nous tous, éducateurs : parents, professeurs, animateurs, surveillants ... comment faire pour préserver d'abord, développer ensuite une image positive de l'enfant qui lui donnera confiance en lui et aux autres ? N'oublions jamais que Victor est beau et fragile comme du cristal.

- Il s'agit de lui poser des limites certes, mais avec bienveillance. Imaginons ... Lorsqu'il a voulu s'approcher du four, sa maman lui a pris la main, lui a expliqué le danger de s'approcher. Victor n'a pas compris. Sa maman lui a repris la main, elle lui a nommé qu'il n'avait peut-être pas compris, que c'était normal parce qu'il est petit. Alors, elle l'a emmené vers un autre adulte pour qu'il le garde le temps nécessaire. Ou alors, elle a différé l'allumage du four. Ou alors elle l'a placé en hauteur. Ou alors... A nous d'imaginer. Dire non gentiment, mais tenir ce non, c'est protéger l'enfant, le rassurer, lui permettre de grandir en paix sans être angossé par un sentiment de toute puissance.

- Ne frappons jamais ce petit Victor, même une petite fessée ou une tape sur la main, une secousse ou une oreille tirée. Même si son attitude nous a mis hors de nous, il pourrait croire qu'une des réponses possibles, c'est la violence : frapper. Je l'entends au fond de son cœur blessé : « Mes parents me frappent, donc c'est normal, légitime. Si je frappe et qu'ils me frappent pour me dire que je n'ai pas le droit de frapper, je ne comprends plus ! Quand on s'aime, on se frappe, je ne comprends plus ! Peut-être qu'ils ne m'aiment plus, qu'ils ont honte de moi, que je suis un mauvais fils ! Je ne vois plus souvent dans leurs yeux la flamme de l'amour, de la fierté de m'avoir comme enfant... »

Il est important d'actionner le levier de l'intelligence et de la compréhension plutôt que le levier de la peur, même quand l'enfant est en très bas âge. Il ne comprend pas le message mais il intègre les attitudes bienveillantes, les tonalités, la sécurité d'être dans ce milieu protecteur. Il n'y a pas d'âge spécifique où l'éducateur doit commencer. Dès la naissance, d'autres diront dès la conception, l'enfant doit être sollicité avant tout sur le registre de l'intelligence, même quand celle-ci n'est qu'au début de son développement.

- Quand ils ont rencontré la maîtresse du CP, ils l'ont écouté. Elle leur a nommé tous les aspects positifs qu'il avait en lui. Cela lui a fait du bien de les entendre car il avait un peu peur. Puis la maîtresse a nommé quelques difficultés en demandant à tous, y compris à Victor, comment faire. Ils se sont parlé. Quelle est chouette cette maîtresse ! Elle donne envie d'encore mieux faire, d'encore

plus l'écouter et de ne pas hésiter quand on ne comprend pas quelque chose à lui demander. Victor avait quand même un peu peur qu'elle ne le gronde mais il se sent rassuré. Il a lu dans les yeux de ses parents qu'ils ne s'inquiétaient pas, qu'ils avaient confiance en lui. Ses parents l'aiment. La différence, c'est qu'il le voit et qu'ils le lui disent. Même s'il devait apprendre à lire avec un temps de retard sur d'autres, cela ne remettrait jamais en cause leur amour et leur croyance indéfectible en la réussite de leur enfant. Ils vont l'aider encore plus. Ils ont pris leur part de responsabilité. Ils n'ont pas laissé Victor porter seul tout le poids de cette difficulté passagère. Il a apprécié que ses parents parlent d'eux et non sur lui. Ils lui ont expliqué qu'ils ne lui avaient peut-être pas assez porté attention. Victor ne se sent pas seul devant l'obstacle. Il se sent rassuré. Son énergie pour réussir est décuplée. Il voulait de l'aide, mais il est encore petit et il ne sait pas comment s'y prendre. Ses parents sont là pour ça aussi.

Relevons ce qui est positif chez l'enfant plutôt que ce qui n'est pas exact, que ce soit dans un comportement à la maison, une note en classe, une attitude en sport... Notons la réussite au lieu du déficit ! Commençons toujours une rencontre par le côté positif et continuons avec les points à améliorer. Cherchons des solutions pour ce qui est à améliorer. Ne cherchons pas à culpabiliser l'autre, surtout si c'est un enfant. Quand nous, éducateurs, sommes en colère, parlons avec des phrases « je ». Je suis en colère quand tu fais cela... Je ne me sens pas respecté... Je ne comprends pas... Explique moi. Voilà moi ce que je ressens...

Quand Victor s'est battu au collège sur la cour, il était très en colère et dans l'incompréhension qu'on puisse taper un plus petit que soi. Il était hors de lui. Il aurait eu besoin de temps pour se calmer et retrouver ses esprits. Le surveillant n'ayant pas le temps matériel de gérer ce conflit les a emmenés tranquillement chez la principale qui a ce don de savoir parler aux jeunes. Elle est très respectée par l'ensemble des personnes du collège, y compris les enfants. Elle sait bien qu'il est normal qu'un enfant transgresse des règles. Comment pourraient-ils les intégrer autrement qu'en en transgressant quelques unes ? Cette responsable d'établissement scolaire a intégré complètement qu'une transgression de règles est une belle occasion pour apprendre. C'est, pour elle, un espace d'apprentissage de la vie en synergie avec les autres et le Monde.

Elle leur a demandé ce qu'il s'était passé pour chacun d'eux puis elle les a interrogés sur leurs ressentis. Elle a écouté les émotions de chacun sans jamais les remettre en cause, elle les a pris en compte. « Qu'est ce qui te fait dire cela sur cette personne ? Explique moi ! » Ils ont verbalisé la règle qu'ils avaient transgressé, en quoi il est toujours intéressant de respecter cette règle puis comment ils auraient pu faire autrement. Ils ont pu exprimer ce qu'ils avaient sur

le cœur, mais également de quoi ils avaient besoin pour se sentir mieux. En adoptant cette attitude, la principale les a aidés à prendre leur part de responsabilité dans ce conflit. Ils n'ont pas cherché à jouer à « C'est pas moi, c'est lui ! » ou « Ce n'est pas de ma faute ».

Victor se sent soulagé. Il a reconnu son erreur de se battre. Il a donné du sens à son geste. Il a compris comment faire si une situation similaire se reproduisait. Il essaiera... et peut-être qu'il y arrivera ou peut-être pas. Ce n'est pas grave, on cherchera d'autres explications. La principale ne les a pas punis. Elle leur a demandé d'écrire d'autres scénarii possibles et acceptables pour tous face à ce conflit. Victor aura du travail ce soir, un travail de réflexion constructif d'un avenir différent. En sortant du bureau de la principale, Victor se sent mieux et prêt à retourner en cours. Evidemment, il ne sera pas forcément copain avec l'autre jeune mais il pourra le croiser sans crainte. Victor a mieux appris à nommer, reconnaître ses émotions, et surtout comment les exprimer de manière acceptable. Il apprend ainsi à mieux se connaître.

Les parents de Victor ont inventé des « temps de bonheur » à la maison. Pourtant, Victor est grand, il a quinze ans, mais il aime toujours autant. En famille, mais cela peut se faire aussi en classe, tous s'échangent des signes de reconnaissance positifs, ce que Claude Steiner appelle des « chaudoudoux » dans son livre : Le conte chaud et doux des chaudoudoux. Ils s'offrent des compliments, des qualités qu'ils trouvent chez l'autre, des gestes qu'ils ont appréciés chez l'autre. Ils prennent du temps pour ça. Ils se réunissent autour de la table et écrivent un chaudoudou sur une feuille qui est lue à l'ensemble de l'auditoire. Chacun essaie de reconnaître à qui va si bien ce chaudoudou. Ils varient souvent les situations. Certaines fois, ils inscrivent leur nom sur une feuille et chacun écrit un chaudoudou. Ils se retrouvent ainsi avec une feuille remplie de chaudoudoux. D'autres fois, cela se passe à l'oral ou dans l'anonymat. C'est une belle occasion pour ses parents de dire à Victor qu'il est beau, qu'il est aimé, que ses parents sont fiers de lui et que quoiqu'il arrive, ils seront toujours là pour l'accompagner.

Après cette séance, ils se sentent tous mieux, y compris les adultes. Ce sont des temps de pur bonheur qui construisent chacun. Ils permettent d'être reconnus dans ce qu'on a de plus beau en soi. C'est un moyen exceptionnel pour se construire une belle image, une belle confiance en soi, en ses qualités.

Victor a également rencontré des professeurs. Ses parents avaient craqué, à un moment ils n'ont plus eu les mots ni l'attitude adaptée. Ce n'est pas grave.

Quand nous, éducateurs, sommes « débordés », nous avons « craqué nerveusement » car la situation, était insupportable et nous nous sommes laissés emporter par le tourbillon de nos émotions, ce n'est pas irréversible. Nous pouvons toujours réparer. Nous pouvons reconnaître notre part de responsabilité, regretter, nous excuser, donner du sens à une attitude en nommant nos ressentis, chercher avec l'autre comment faire autrement si le contexte se reproduit. Nous ne devons jamais oublier que c'est à notre contact, en nous voyant vivre, agir et réagir, que l'enfant va se construire en harmonie.

Un scénario différent produit un autre Victor, une autre destinée, une autre vie.

### **L'enjeu est immense.**

Nous produisons trop souvent des adultes qui n'ont pas confiance en eux, qui se sentent déstabilisés à la moindre remarque, qui se sont construits sur leurs failles plutôt que sur leurs potentiels, qui se sentent agressés à la moindre remarque. En chaque être humain, il y a une richesse à développer qui aura beaucoup de mal à s'exprimer. En chacun d'entre nous existe cette part d'humanité, cette capacité à élever nos enfants, nos élèves dans cette autre logique.

Le monde peut changer en une génération. Le problème est que nous manquons de savoir faire. Nos schémas, notre expérience d'enfant et d'adulte ne nous ont pas emmenés sur ces chemins qui nous sont, au moins partiellement, inconnus. Nos représentations de l'autorité sont autres. Nous avons peur de cette terre mystérieuse. Il nous faudra changer de nombreux paramètres, de nombreuses postures ou attitudes qui nous convenaient parce qu'elles étaient connues et ancrées profondément en nous.

Ce regard que nous ne sommes pas habitués à poser sur nous et sur l'autre nous déstabilisera, mais dans un registre positif. Nous ne sommes pas habitués à exercer le bonheur, à vivre ce bonheur. Nos schémas traditionnels sont tournés sur la domination, la culpabilisation de soi et de l'autre, la méfiance d'abord, la peur d'autrui et de ses réactions, l'accusation et enfin la suspicion...

Avec cette volonté inverse qui nous habite tous, nous développerons progressivement des sentiments tels que l'assurance, la confiance, le respect, la responsabilité. Nous développerons également des postures comme l'intelligence des situations, l'expression des émotions, la reconnaissance du point de vue de l'autre. Nous ouvrirons d'autres chemins vers d'autres horizons.

**Espérance, quand tu nous tiens...**