La fragilité est l'une des caractéristiques du vivant. Lorsqu'elle est apprivoisée, elle peut s'accompagner des plus grandes forces, être créatrice de liens, d'humour, de paroles et d'écoute. En revanche, si elle ne trouve que méfiance et peur en guise d'accueil, des fragilisations risquent de s'enclencher.

Face à la crainte de l'impuissance, de l'échec ou d'autrui, l'enfant trouve alors refuge dans des replis solitaires ou dans des passages à l'acte contre les autres ou lui-même.

L'auteure ouvre des pistes pour accompagner les enfants à rencontrer la fragilité inhérente à notre condition humaine. Ce texte nous invite aussi, en tant que professionnels de l'enfance, à entendre ce qui alimente les discours sociaux et les histoires intimes pour en déjouer les pièges.

Psychologue clinicienne et psychanalyste, Léa Didier travaille à soutenir l'écoute, la parole et les processus de libération des enfants, adolescents et adultes qu'elle reçoit au quotidien. Elle fait également partie de l'équipe de la Maison Verte et a écrit précédemment « Ça suffit mon amour » à destination des familles et professionnels de l'enfance.

yapaka.be
Coordination de la prévention de la maltraitance
Secrétariat général
Fédération Wallonie-Bruxelles de Belgique
Bd Léopold II, 44 – 1080 Bruxelles
yapaka@yapaka.be

Livre téléchargeable gratuitement

FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES

APPRIVOISER LA FRAGILITÉ

LÉA DIDIER

160 yapaka.be

LECTURES

TEMPS D'ARRÊT

APPRIVOISER LA FRAGILITÉ

Léa Didier

yapaka.be

Apprivoiser la fragilité

Léa Didier

« Un homme, ça s'empêche. »
Albert Camus

yapaka.be

Temps d'Arrêt / Lectures

Une collection de textes courts destinés aux professionnels en lien direct avec les familles. Une invitation à marquer une pause dans la course du quotidien, à partager des lectures en équipe, à prolonger la réflexion par d'autres textes. – 6 parutions par an.

Directrice de collection Claire-Anne Sevrin assistée de Diane Huppert ainsi que de Meggy Allo, Laurane Beaudelot, Philippe Dufromont, Sylvie Guérard et Audrey Heine.

Le programme yapaka

Fruit de la collaboration entre plusieurs administrations de la Communauté française de Belgique (Administration générale de l'Enseignement, Administration générale de l'Aide à la Jeunesse, Administration générale des Maisons de Justice, Administration générale du Sport, Administration générale de la Culture et ONE), la collection « Temps d'Arrêt / Lectures » est un élément du programme de prévention de la maltraitance yapaka.be

Comité de projets Mathieu Blairon, Louise Cordemans, Anne-Charlotte De Vriendt, Emilie Helman, Cécile Hiernaux, Françoise Hoornaert, Etienne Jockir, Charlotte Juwe, Claire Meersseman, Farah Merzguioui, Eleanor Miller, Danièle Peto, Géraldine Poncelet, Marie Remy, Nathalie Van Cauwenberghe, Françoise Verheyen.

Comité directeur Annie Devos, Fabrice Aerts-Bancken, Jeanne Brunfaut, Valérie Devis, Déborah Dewulf, Charlotte Juwe, Yves Polomé, Claire-Anne Sevrin

Suivez l'actualité de Yapaka sur les réseaux sociaux

Une initiative de la Fédération Wallonie-Bruxelles de Belgique.

Éditrice responsable Annie Devos – Fédération Wallonie-Bruxelles de Belgique – 44, boulevard Léopold II – 1080 Bruxelles.
Juin 2026

Sommaire

De l'hospitalité 5

Apprivoiser la fragilité 11
Choisir les mots pour introduire la fragilité aux enfants 11
Accompagner l'impuissance. Trouver ses puissances 14
Découvrir un équilibre 14
Du renoncement au ralliement 17
Dépasser nos fragilisations 19
S'ouvrir à la sublimation 21

Prendre soin du monde, de soi et des autres 25
Un mot sur la fraternité 30
S'étonner des fragilisations 32
Fonder les limites essentielles 33
Accompagner les enfants violents avec eux-mêmes 37
Être adulte face aux enfants 38
Lutter contre la maltraitance 39

Penser les racines des guerres contre la fragilité et quelques voies pour en sortir 41
La peur d'échouer et de décevoir 41
Oser vivre 44
La crainte de l'empathie et la peur de l'autre 45
Ni victime ni bourreau 46
La peur de la trop grande faiblesse 48
Se protéger des émotions et de la douleur 50
Quitter le traumatisme, sans refuser toute fragilité 51

Pour conclure 55

Bibliographie 57

De l’hospitalité

Au commencement était un éclat de fragilité, un éclat de vie, de possibilités d’amour, d’amitié, d’entraide, de mouvement, de pensée, de création…

Au commencement était la fragilité, et du risque lié à son existence naissait le besoin de l’autre, la nécessité de l’accueil et la soif d’être écouté.

Au commencement était la nécessité de fonder ensemble de l’espace et du temps pour se rencontrer.

Au commencement était la fragilité, et c’était un cadeau.

Avec le mot « fragilité » me vient l’évocation d’un nourrisson, sortant du corps de sa mère, fragile entre tous, et tous dédiés à en prendre soin pour lui permettre de naître au monde. Tous réunis autour de ce premier enjeu de vie ou de mort. Occupés à faire hospitalité à cette vulnérabilité, celle de chaque être humain, dans ce qu’il a de si précieux quand chacun compte et que quelque chose du sacré nous saisit à ce contact.

Puis je pense à Mitia, 11 mois, troquant l’élan de sa joyeuse brusquerie enfantine pour coller délicatement sa tête contre celle de son amie qu’il retrouve chaque matin.

Je pense encore à lui, allant chercher le biberon de son cousin, bientôt un an lui aussi, quand les adultes, affairés à comprendre ce qui provoquait ses appels, croyaient au sommeil et que les pleurs se poursuivaient. Mitia avait senti qu’il avait soif. Je revois leurs joies, tandis que Sam se désaltérait.

Je pense aux enfants, adolescents, parents, personnes fragilisées par l’âge, le travail, le corps, l’exil, ou par toute expérience mettant en jeu l’équilibre construit jusqu’alors. Tous donc, tour après tour, finalement.

Chacun au singulier, mais relié par ces expériences humaines. Avec plus ou moins d'absolu dans cette nécessité selon les chances des uns et des autres.

Face à ce constat, des présents funambules adviennent. Des devenirs se dessinent.

Quand nos fragilités trouvent en face de l'accueil, elles se mêlent à nos puissances. Elles sont des paroles précieuses, des besoins, des désirs, des recherches de justesse, d'intime et de limites. Elles font partie de nous, sans nous réduire à elles. Elles ouvrent la voie à d'autres acuités, profondeurs et sensibilités. Elles laissent place à des temps d'équilibre, de stabilité, de force et de joie. Elles permettent des rencontres magnifiques et des mues soudain nécessaires.

Quand, au contraire, nos fragilités ne trouvent en face qu'indifférence, violence et brusquerie, elles enflent, immenses, ou se tarissent et gèlent. Un temps, du moins. Vient alors la dureté en miroir et les déflagrations contre soi-même ou contre d'autres qui en feront les frais, à moins qu'ils aient une marge de manœuvre pour se protéger et qu'alors ils aient travaillé cette question et soient pourvus d'une puissante boussole protectrice.

Pour ces raisons et pour toutes celles que nous commencerons à poser ici, penser la place de la fragilité dans nos vies et nos mots est particulièrement nécessaire quand nous sommes en lien avec des enfants.

D'abord parce que les accueillir nous place face à un déséquilibre des forces en présence. Entre nous, l'écart est grand, non en termes de désirs, de vérités, de justesses, mais en termes de vulnérabilité immédiate et de dépendance.

La fragilité côtoyant les plus grandes profondeurs chez les petits nous appelle à être à sa hauteur ; à nous fonder comme partenaire et interlocuteur. C'est-à-dire à ne pas endosser le rôle du puissant dans un rapport de pouvoir que notre force physique nous livre sur

un plateau. De façon différente, l'accompagnement d'adolescents, pris dans des âges où les repères s'effritent avant de se reconstruire plus solidement, pose aussi la question de notre responsabilité et de notre possibilité de soutenir ceux qui, comme nous-mêmes il y a des années, font au quotidien l'expérience de leur vulnérabilité.

J'ajouterai aussi que penser l'accueil des enfants est indissociable d'une réflexion sur l'accueil de ceux qui les entourent. En effet, quels que soient les joies et l'amour naissant, devenir parent place face aux vertiges de l'inconnu, de l'absolue rencontre, du réveil de nos vécus de tout-petits. Bref, face aux effets d'un tremblement de terre.

Dans ce moment, il est essentiel que nos sociétés créent avec tact un tissu de liens permettant aux mères et aux pères de traverser les bouleversements, post-partum, fatigues, angoisses… Ces ressources se doivent d'être aussi délicates que profondes, car celui qui est fragilisé par une expérience si intime a moins besoin de conseils que d'écoute, moins besoin de savoirs constitués que de soutien ou d'éveil à l'intuition parentale, de possibilités de penser et de chercher ensemble, de relais possibles, de repos, d'amitié et de reconnaissance.

Ainsi, faire face au devenir parent seul, pour ne pas sembler fragile ou parce que notre déstabilisation soudaine ne trouve aucun partenaire, est un risque réel.

Pour qui n'a pas de famille ou d'amis présents et disponibles, il sera, j'espère, possible de trouver des lieux d'accueil enfants-parents, des services de Protection Maternelle et Infantile (PMI), des bureaux de thérapeutes ou d'autres lieux pensés pour pouvoir atterrir et troquer la solitude ou les jugements contre la parole et la solidarité. Les parents ne sont d'ailleurs pas les seuls à avoir besoin de collectif pour cheminer auprès des jeunes générations.

Les professionnels de l'enfance gagnent aussi à parler de leurs difficultés, de leurs limites et de leurs

découvertes. Ce travail de mise en commun et de création d'espace de confiance est précieux pour chacun, qu'il se fasse en réunion, au café, au fil de nos lectures, dans des groupes de travail ou autres.

Voici donc en préambule ce premier pilier posé : l'enjeu autour de la fragilité soulève la question de la fraternité avec les enfants et avec ceux qui en prennent soin comme ils peuvent.

Alors que faire de notre fragilité ? Comment composer avec le fait d'avoir besoin d'autrui ? Que transmettre de cela aux enfants ?

Quand nous, parents, éducateurs, enseignants, puéricultrices, cliniciens, pédopsychiatres, thérapeutes, avons nous-mêmes été reçus avec suffisamment d'intérêt, de gaieté et de justesse, nos complexités et celles de ceux dont nous devons prendre soin seront sans doute moins anxiogènes. Sans doute seront-elles moins combattues. Dans ce cas, les difficultés des enfants et nos impuissances nous feront moins peur. Mais moins peur n'est pas sans peur, car nous avons tous traversé des événements et des liens complexes, nous appartenons à une société avec ses richesses et ses brutalités.

Avec ce que nous sommes et ce que nous devenons, nous aurons donc bien des trouvailles à faire pour accueillir la parole et l'histoire des enfants, vivre les demandes de leurs premières dépendances, faire de la place à leurs indépendances et à leurs puissances immenses, pour expérimenter et transmettre les limites, composer avec nos agressivités et avec les leurs, penser ensemble, se ressourcer au collectif… Déjà le travail est ardu.

Et si nous avons été très malmenés par les liens ? Si nous avons été ciblés par des adultes soi-disant tout-puissants ? Si nous avons été confrontés au contraire à une impuissance absolue ? Comment ne pas associer la fragilité à une faiblesse ? Comment ne pas prendre le besoin exprimé pour une faille ou, à l'autre bout du prisme, comment ne pas identifier sans cesse chez l'autre la puissance sans jamais la reconnaître en soi ? Comment s'autoriser à faire confiance et à prendre confiance ? Comment transmettre ces possibilités aux jeunes générations ?

Enfin, comment les aider à créer autre chose que des rapports de force permanents ?

Bref, si nous devions le dire en une phrase, comment ne pas faire de la fragilité une malédiction pour les enfants comme pour nous ?

Quand il arrive que cette recherche soit douloureuse, soyons sûrs qu'apprivoiser les enjeux qui nous agissent sans que nous en ayons toujours conscience est finalement toujours structurant, passionnant et libérateur.

Choisir les mots pour introduire la fragilité aux enfants

Joëlle Proust, philosophe, écrit que « les premières étapes d'acquisition et d'utilisation d'un mot […] continueront à en structurer le sens tout au long de la vie ». En effet, pour chacun, le rapport au monde se tisse dans le langage.

Au quotidien, un même mot renvoie souvent à des réalités et sensations différentes pour qui les prononce et qui les reçoit. Me reviennent à ce sujet les paroles d'une maman japonaise. Alors que je lui demandais comment se traduisait dans sa langue « Est-ce que votre petit est fâché ? », elle rougit et répondit que cela ne pouvait simplement pas se dire en japonais, car la colère était une honte si elle ne venait pas d'une position hiérarchique supérieure. Pour les autres – les enfants, les cadets, les exécutants –, la colère ne se ressentait pas, car la honte la remplaçait, m'expliqua-t-elle.

Ainsi, l'histoire que nous nous racontons emplit un mot d'une résonance ou d'une autre, façonnant notre rapport au monde. Selon nos constructions et nos parcours, imaginons à quel point notre vie diffère si la colère s'associe à la honte, à l'indignation, à la tristesse, à la haine, au courage...

À cet égard, tous les grands enjeux méritent d'être repensés au fil du temps, de nos échanges et de nos expériences. La chance qui peut être la nôtre sur ces chemins est d'y introduire du mouvement, de la nuance et de trouver comment nos élaborations peuvent être porteuses d'une libération et d'une certaine sérénité.

Laissons les questions se poser en nous. À quoi la fragilité est-elle associée depuis notre enfance ?

Comment souhaitons-nous la présenter aux tout-petits ? Puisqu'elle fait intrinsèquement partie du vivant, comment aider les enfants à l'appréhender avec l'intuitivité et l'intelligence qui les aideront à se construire ?

Très souvent, la fragilité arrive à nous comme quelque chose d'inquiétant, synonyme d'interdit et de détour exigé. « Ne touche pas, c'est fragile. » Il se peut que le propos soit plus nuancé, mais il s'accompagne vite d'un éclat de voix « Attention ! C'est fragile », entend-on résonner bien souvent.

L'attention requise est-elle une invitation au soin, à la délicatesse, à la méfiance, à l'évitement ? Un mélange sans doute. Alors comment passer de l'image de la colère et de la peine face à l'objet potentiellement brisé à l'émerveillement lié à la délicatesse de la bulle de savon et à l'art du souffleur de verre ? Une histoire d'intonation, une exclamation, un mot ajouté peut-être ? Nous pourrions de temps à autre tenter un « Regarde ! Merveilleux… C'est fragile… alors doucement bien sûr ».

Je pense ici à des expositions révélant la magie de la fragilité. Celle mettant en scène d'innombrables toiles d'araignées, éclairées d'une lumière les transformant en fils d'argent au centre de pièces obscures, autant de dentelles fabuleusement délicates et uniques, créées par des araignées du monde entier et recueillies par l'artiste Tomás Saraceno[1]. À côté de ces œuvres vivantes, de petits encarts parlant de la finesse de leur ouvrage comme de leur force de résistance extrême puisqu'elles pouvaient, sans à-coups directs, résister même aux ouragans…

Je pense aussi à l'exposition Le Bord des mondes[2], dévoilant les photographies des cristaux composant différentes larmes vues au microscope : larmes de joie, de chagrin, de soulagement, d'oignon… Moments de vulnérabilité humaine, phénomène éphémère et minuscule de la larme, et, en chacune, les dessins universaux, de rosaces, de cristaux de neige, de nature, de l'immense en nous.

Je pense aux expériences proposées par le malicieux cahier d'activités de la Cité des Sciences, Fragile, proposant de tester la résistance d'un œuf ou d'une feuille de papier selon les contextes, d'apprivoiser les capacités de transformation et d'adaptation du savon… Je pense aux instituteurs faisant découvrir les mues des chenilles en papillons, aux enfants si fiers de leur habileté quand ils se servent seuls d'eau, de peinture, ou qu'ils prennent soin des plantes. Je pense aux ateliers de réparation et au *kintsugi*[3] japonais. Je pense à l'art de dédramatiser qui, associé à la valorisation, permet de n'enfermer personne dans des rôles et d'ouvrir à chacun sa palette d'outils. « Qu'est-ce que tu es délicat », « bricoleur », « adroit », « précis », gagne-t-on à s'entendre murmurer un jour. Surtout si nous avons aussi la place d'improviser, d'être spontané et parfois maladroit, de chahuter un peu sans craindre d'être repris systématiquement.

Si ces exemples parlent de la vulnérabilité des objets, c'est que les petits ont une vraie curiosité pour leur environnement. C'est aussi qu'ils se saisissent avec talent de ces expériences pour les transposer aux expériences humaines. Bien sûr, leur donner l'occasion d'apprivoiser leur tact et leur mesure ne signifie pas confier au hasard la sauvegarde de l'essentiel. Nous leur devons de les protéger des dangers autant que nous le pouvons. Et il est aussi bienvenu de mettre à l'abri les choses précieuses. Tout est affaire de nuances, mais une marge de manœuvre existe pour les aider à apprivoiser la fragilité autour d'eux et en eux, avec curiosité, délicatesse et plaisir.

1. L'exposition « On Air » s'est tenue au Palais de Tokyo, à Paris, entre octobre 2018 et janvier 2019.
2. L'exposition « Le Bord des mondes » s'est tenue au Palais de Tokyo, à Paris, en 2015.
3. Cet art japonais ancestral invite à réparer les cicatrices d'un objet fêlé ou brisé avec de l'or. Le rendant à la vie et racontant son histoire, cette soudure délicate et patiente nous incite à accueillir la beauté de la fragilité lorsqu'elle est bien traitée.

Inviter les objets dans nos échanges me semble donc une passerelle légère et solide pour introduire cela. Il ne s'agira pas pour autant d'éviter de parler des humains, mais rien de simple ici, car, autour de la fragilité, ce que nous pouvons offrir aux enfants est à la croisée de plusieurs enjeux essentiels. Les échanges et expériences que nous ferons ensemble pourront, espérons-le, soutenir le plaisir de l'exploration, l'apprentissage du renoncement, l'accueil du chagrin, la place du soin et de la réparation, la possibilité de l'entraide, la confiance en soi et en d'autres, la nécessité des limites, l'amitié pour la complexité humaine, le fait d'être un parmi d'autres...

Accompagner l'impuissance. Trouver ses puissances

Si lier une part de la fragilité à l'émerveillement est une chance pour les enfants, il leur faut aussi, comme pour tout un chacun, se confronter aux impossibles nés de toute vulnérabilité. C'est ainsi, la vie est un maillage de puissance et d'impuissance. Composer avec ça en souplesse est une clé majeure. Et, si un renoncement peut mettre en rage contre soi-même ou contre les autres, il peut aussi heureusement trouver sa réponse dans l'acceptation, l'appropriation, le dépassement, la sublimation… Autant de chemins que nous pouvons ouvrir avec les plus jeunes.

Découvrir un équilibre

Nous entendons souvent qu'il faut apprendre la frustration aux enfants, je dirais plutôt que tenter de les en soustraire est dangereux. À la Maison Verte[4], un lieu d'accueil enfants-parents parisien précieux où la rencontre, la parole et le jeu ont la part belle, deux renoncements sont nécessaires. Les camions et vélos

4. Ce lieu si nécessaire a été fondé en 1979 par Pierre Benoît, Françoise Dolto, Colette Langignon, Marie-Hélène Malandrin, Marie-Noëlle Rebois et Bernard This.

doivent être arrêtés à la ligne rouge délimitant deux espaces, afin de ne pas blesser les bébés occupés au sol dans la pièce voisine. La seconde règle est de mettre un tablier pour jouer à l'eau, ce qui permet de se mouiller moins fortement, de se protéger en partie.

Prendre en compte sa fragilité et celle des autres demande donc dans les deux cas une petite part de frustration. Le travail autour de la ligne rouge est passionnant ; chaque adulte soutenant l'interdit à sa façon, chaque enfant l'apprivoisant au fil de ses venues. Les mots s'inventent dans l'ici et maintenant : « Tu sais, c'est pareil pour tout le monde, pour moi et tes parents aussi », peut-on entendre, ou « Si c'est trop difficile d'arrêter le camion, tu peux descendre et jouer à autre chose ». Un autre jour, les enfants rencontrent les paroles d'autres accueillants : « Et non ! Même à reculons le vélo ne pourra pas passer. C'est grâce à la ligne que les camions peuvent être là, sinon ce serait impossible »…

Il est étonnant de voir alors des dizaines de petits, âgés de 12, 20 ou 36 mois, arrêter bientôt si facilement leurs véhicules en nous adressant de grands sourires. La plupart ont d'abord essayé, avec espièglerie ou concentration, recevant l'amitié d'adultes ne laissant jamais pour autant la transgression sans limites. Il arrive aussi, de temps en temps, que des pleurs jaillissent à cette occasion. Traverser cette expérience peut mettre un petit blues au cœur de celui qui découvre qu'il n'est pas tout-puissant, mais ce renoncement est un passage nécessaire s'il se fait, comme ici, par une expérience non violente et non humiliante.

Cela semble simple et, pourtant, dans d'autres circonstances, un impossible posé est trop souvent le terreau d'un piège se fermant sur chacun. Dans ces contextes de frustration enfantine où s'entremêlent la colère, les chagrins et la fragilité, les pleurs des enfants renvoient vite à des projections délétères. Au moment où les enfants sentent leur faculté d'agir et de convaincre leur échapper, les pleurs arrivent ; associés

par nombre d'adultes à un chagrin sans fond à éviter à tout prix, vus ailleurs comme une colère à accueillir pleinement, vécus pour d'autres encore comme un caprice et un rapport de force à remporter.

Nos histoires récidivent… Répétition du même ou recherche de modèles aux antipodes de ce qui a été vécu. Malheureusement, dans ces deux cas, comment pouvons-nous trouver notre justesse, pour accompagner les enfants ? Françoise Dolto propose de les accueillir comme nous aurions aimé être accueillis nous-mêmes, et non de la façon dont nous avons été traités ou d'une façon opposée. Je crois que c'est une boussole importante.

À faire ce travail d'introspection, il semble soudain que personne n'aurait aimé tout avoir pour s'éviter un pleur, que personne n'aurait voulu de parent sacrificiel, épuisé, ni d'amis s'éloignant de notre exigence revendiquée.

Personne n'aurait voulu non plus se sentir toujours colérique, même en recevant la bienveillance d'adultes idéalisés.

Et il est bien sûr certain que personne n'aurait pu être heureux d'être pris comme ennemi, accablé, humilié, ou pire…

Face aux fragilités des petits, offrons-nous la chance d'accompagner[5] comme nous pouvons les frustrations nécessaires en acceptant de ne pas pouvoir tout border et rappelons-nous que, dans la découverte des renoncements à faire pour s'inclure dans la communauté humaine, les limites protectrices ne sont pas les ennemies des enfants, mais des repères dont chacun a besoin, des points d'appui à acquérir parmi nos forces de vie.

Milo en donne un bel exemple. Il a 15 mois et tente d'ouvrir une bouteille de vinaigre pour la boire. Alors

5. Wilfried Bion parle d'une belle manière de notre rôle de traducteur des événements et éprouvés intenses auprès des bébés n'ayant pas encore décrypté le monde qui les entoure.

qu'il est inconsolable de la mise hors de portée définitive de la bouteille, sa mère, après avoir essayé de le réconforter, lui dit : « Mon cœur, je te laisse tranquille, viens me voir quand tu veux. » Et voilà ce tout petit garçon s'apaiser seul, en quatre ou cinq minutes, vider son chagrin et rejoindre sa mère cahin-caha, avec un début de sourire revenu. Ils allèrent jouer à autre chose tandis que le moral revenait.

Comme dans cette scène, ne pas toujours prendre les pleurs, même puissants, pour des colères est une trouvaille salvatrice. Les repenser du côté du chagrin peut être vraiment aidant. Y compris avec des enfants plus grands. « Je crois que ça te fait triste de ne pas pouvoir… alors essaie de me le dire », peut-on dire un jour à l'oreille de celui qui a encore mal de chaque frustration. Et, puisqu'il ne s'agira pas de troquer la rage contre la mélancolie, prenons le temps d'accueillir la peine éventuelle de celui qui se découvre limité en le tranquillisant : la vie peut être belle avec des impossibles justes et protecteurs.

Rassurons-nous, un chagrin nécessaire n'est pas sans fond quand la vie est accueillante. Tenir fermement cet équilibre en étant partenaires est un cadeau pour les enfants. Enfin, si cet enjeu résiste, n'hésitons pas à chercher du côté de nos histoires intimes et de nos trajets, pour remettre du mouvement dans ce qui s'est crispé peut-être car les enfants sont souvent moins sensibles à ce que nous formulons qu'à ce que nous vivons vraiment.

Du renoncement au ralliement

Prendre en compte notre fragilité, c'est prendre en compte le réel tout simplement. Mais savoir que nous ne pouvons pas tout est-il forcément douloureux ? Ne peut-on accueillir ce renoncement comme une respiration et lui faire une place au côté d'innombrables libertés dont nous sommes porteurs ? « Je ne peux pas tout ! Ouf. Me voilà libéré d'une quête irréalisable

» est une réalisation bienvenue pour ne plus courir après un idéal de maîtrise et rouvrir un dialogue plus joyeux avec notre environnement. Laisser une place à la fragilité permet de commencer à accepter les transformations, les adaptations, la patience. Cela permet de composer pas à pas avec ses difficultés pour qu'en sorte du possible, comme le transmet Patti Smith dans son livre Just Kids, évoquant les fausses notes donnant naissance à des mélodies inattendues.

Accompagner les enfants sur ce chemin peut se faire au quotidien, à condition de faire de l'humour et de la joie des alliés pour apprivoiser nos ratés et impuissances comme les leurs. Ainsi, dès ses premiers mois, nous pouvons tous, parents et professionnels, faire vivre l'amusement à un petit qui n'arrive pas au bout de ce qu'il souhaite. Les mimiques expressives, les « oh, oh », « patatras » et « flûte » sonores, les gestuelles caricaturales et facétieuses sont de vraies sources de plaisir et de relâchement pour les enfants.

La détente peut se découvrir et s'entretenir en famille comme dans le social, en faisant le choix de substituer parfois aux messages allant dans le sens de la maîtrise et du dépassement la possibilité du « tant pis », « c'est bien ainsi », « ce n'est pas grave, après tout ça suffit ». N'ayons crainte, cela n'arrête pas la capacité d'apprentissage, car la curiosité, le soutien et l'élan vital sont des moteurs solides pour qui n'est ni dévalorisé ni assailli d'attentes. Rien de plus puissant que le désir quand il laisse la part belle au mouvement, à l'imprévisible, à la respiration bienvenue.

Relier la sagesse de la mesure, l'humour et la joie du désir à la détente de l'action ne serait-il pas alors la plus formidable façon de composer avec nos fragilités du quotidien ?

C'est ce que je me suis demandé en assistant à une petite scène toute simple.

J'y revois le joli visage de Léonore, 3 ou 4 ans, qui descend les escaliers avec son père et lui demande

si elle peut « sauter de la plus haute marche du grand escalier ». Bien sûr, elle connaît maintenant ses possibilités, les dangers, la façon de prendre soin de son corps. Son père le sait. Elle connaît aussi la jubilation à s'élancer le plus loin possible, dans la mesure du possible justement.

Alors, tout en lui tenant la main, son père s'exclame avec malice « ah oui ? Tu penses réellement qu'on peut sauter d'aussi haut ? » pour la voir conclure en riant : « Mais non ! » Et leur jeu recommence à chaque marche, « et là, papa, je peux sauter ? », « tu crois ? », « oh mais non !! » reprend-elle toujours, jusqu'à atteindre une hauteur audacieuse, mais raisonnable, où son père lui dit enfin sérieusement « là, oui, cette fois, c'est la bonne, je crois », tandis qu'elle bondit pour retomber sur ses deux pieds.

Quel plaisir d'être joyeux avec la limite, tout en la faisant nôtre…

Apprivoiser notre fragilité et les vécus qui en découlent nous donne, paradoxalement à première vue, mais logiquement en réalité, des forces, une détente et un plaisir de vivre fondamental. Bien sûr, pour que cette traversée se fasse, elle doit côtoyer l'accès à nos puissances.

Dépasser nos fragilisations

Face aux impossibles, nous pouvons donc apprendre à renoncer avec soulagement ou à nous rallier avec conviction, mais, dans certains domaines, notre travail est d'une autre nature. Décidément, les réponses simples et univoques sont rarement justes face à nos complexités.

Il est des vécus où la libération viendra cette fois du dépassement.

Pensons ici aux fragilités gagnant à être accompagnées pour s'alléger comme pour les nombreux

enfants concernés par un trouble silencieux et incompris parfois pendant des années (dyslexie, forte myopie, cécité auditive partielle...). Si ces petits vivent une difficulté amplifiée imprégnant d'autres domaines en creusant un écart avec ceux qui n'ont pas affaire à ça, le tournant est toujours majeur quand leur fragilisation est enfin perçue et accompagnée. Avec les outils proposés viennent généralement, heureusement, la découverte de possibilités inattendues, une vision changée de soi-même et de ses liens aux autres.

Sur cette question des dépassements bienvenus, pensons aussi aux fragilisations intimes nées de constructions étouffantes ou de liens déstructurants. À ce propos, une analysante nommait avec sa force d'évocation l'impression de vivre en deçà des limites de son corps, tant ses pensées l'entravaient à ce moment. Elle partagea l'image d'un appartement dont les meubles auraient été placés par leur propriétaire à un mètre de tout mur de peur qu'ils ne dépassent et chutent. Cette métaphore qu'elle m'autorise à transmettre dit si bien ce qui peut être vécu avant d'acter progressivement notre plein droit à l'existence.

Pour certains, ces dévalorisations intimes s'incarnent dans une extrême timidité, un sentiment d'impuissance permanente, des emportements fulgurants créant une grande culpabilité et abîmant leurs proches. Pour d'autres, elles se nomment hypersensibilité, laissent l'étrange impression de vivre à côté de soi-même, d'être constamment jugé, ou tant d'autres choses encore… Très souvent, le corps agit comme une boussole, les angoisses, douleurs, TOC, malaises, phobies, chagrins venant alerter sur la nécessité de fonder un renouveau pour soi.

Face à ces empêchements démultipliés, cherchons ce qui sera peu à peu libérateur. Il ne s'agit pas de vouloir être pleinement heureux ni de lisser nos complexités, mais, si nos symptômes ou ceux des enfants que nous entourons attaquent la vie, sachons que nous pouvons regagner beaucoup de terrain sur de

telles fragilisations, et parfois même abandonner ces entraves.

Cela demande du temps et du courage, mais rester dans ces pièges inconscients mobilise infiniment plus d'énergie et de temps, et nous prive de nous connaître vraiment hors des personnages que nous jouons à nos dépens.

S'ouvrir à la sublimation

Nous l'avons vu, face à nos impuissances, les renoncements, ralliements ou dépassements nous offrent déjà tant de possibles en fonction des enjeux… Et de quoi nous apaiser souvent.

Mais que faire de la soif d'absolu, d'aventure totale, d'illimité, sans entrave, qui nous visite peut-être ? Que faire de celle qui ne peut pas prendre corps, mais ne veut ni patienter ni se réfréner ? Que faire des désirs d'immensité et d'immortalité ? Notre chance est grande encore, car la sublimation s'offre à nous, comme une voie inépuisable.

Pour composer avec nos fragilités, sans finir comme la grenouille qui voulait se faire aussi grosse que le bœuf, nous avons le pouvoir d'écrire, de peindre, de penser, de faire naître des histoires, des arts et sports dont nous avons tous besoin. Et là, partout, d'être sans limites. Ainsi, la « chétive pécore » plutôt que d'éclater sous le joug de sa démesure aurait pu s'inventer trompettiste, rire en s'imaginant être deux fois plus grande que le bœuf ou se faire immense en songe. Qui a déjà volé en rêve sait que le vécu est aussi intense que s'il avait volé vraiment. Si fort même qu'une petite fille de 4 ans me raconta avoir battu des bras au réveil, sûre de s'être élevée à quelques mètres du sol dans son sommeil.

Quelques heures plus tard, une autre enfant me murmurait : « Anna et Jimmy volent sur un tapis volant. » Et, tandis que je lui demandais « Ça existe ça ? », elle

me répondit : « Bien sûr. Ça existe dans les livres. » Son regard lumineux portait son plaisir à s'offrir cette part d'absolu composant intelligemment avec le réel.

Sur un autre versant de la fragilité se pose la question du devenir de notre toute-puissance potentielle face aux autres. La sublimation peut ici aussi permettre un compromis acceptable pour nos pulsions agressives, car les refuser tout à fait s'avère un idéal risqué. Ainsi, certains enfants se croient méchants d'avoir été traversés par un élan d'agressivité pas même exprimé. Pour leur éviter une culpabilité injustifiée, ils ont besoin de savoir que les pensées ne font jamais de mal aux autres. Ils ont le droit d'imaginer ce qu'ils veulent s'ils sont fâchés par exemple, à condition bien sûr de ne pas se complaire dans des rages infinies et de refaire bientôt une place au plaisir d'être ensemble.

Parallèlement aux imaginations possibles et accompagnés d'une éthique solide concernant la réalité, les arts, sports, livres et jeux sont de parfaits terrains pour transformer l'énergie pulsionnelle en force de vie. Ces espaces peuvent d'ailleurs occasionnellement faire une place aux fantasmes de démesure à l'encontre d'autrui à condition de les aborder avec humour et d'en tirer de l'apaisement.

Sur ce volet, j'ajouterai que, s'il est important de penser avec les enfants ces questions qui les traversent, les baigner dans des univers érigeant les colères, l'agressivité, la peur, la destruction, la surdité, la grossièreté et la rivalité, comme rapports habituels entre les êtres humains, leur fait en revanche courir le risque de s'identifier à des personnages destructeurs ou de craindre toujours de rencontrer ces avatars dans leur quotidien.

À cet égard, quand les enfants sont agressifs ou anxieux alors que leur environnement est surtout joyeux et détendu, retirer un ou deux albums de notre bibliothèque ne serait peut-être pas si grave ? I

I est intéressant de refuser fermement ce qui nous fait du mal. Tenter d'ôter les livres de loups dévorants, d'ogres et de sorcières cruelles peut avoir un effet immédiat sur leurs cauchemars, même quand ils ne semblent pas inquiets pendant leur lecture et qu'ils la recherchent même. La nuit amplifie les ombres. Et il est assez de livres passionnants, drôles, complexes, tendres pour nourrir nos enfances, sans les inviter activement sur des chemins glissants.

Prendre soin du monde, de soi et des autres

L'idée de protéger la fragilité n'est pas de la chérir particulièrement, mais de prendre soin de la vie vulnérable et constamment en mouvement. Nous le savons, nos ressources ne sont pas infinies et, si le vivant est immensément riche de potentialités et de capacités, il a néanmoins besoin de tact face à lui[6].

Le sujet de ce livre est l'être humain et il nous faudrait déjà des centaines de pages pour en approfondir les ramifications, mais ayons en tête que ces enjeux concernent aussi nos liens à la nature. Nul n'ignore que notre environnement, à commencer par la Terre et ses espèces, si denses soient-elles, porte aussi une part de fragilité[7]. Notre transmission sur ce point auprès des enfants est aussi cruciale que subtile, car ces derniers ont vite à cœur de préserver ce qui doit l'être. Nul besoin donc de les terrifier avec des réalités sur lesquelles ils n'ont qu'une incidence infime et qui risquent de devenir chez eux une angoisse constante. Mieux vaut les initier aux logiques protectrices en gardant un rapport doux au monde et en cultivant leur intérêt pour ce qui les entoure.

Pour accompagner plus généralement les enfants dans ce trajet du soin, continuons de penser la complexité

6. Seule la prise en compte de la fragilité du vivant peut permettre de fonder nos retenues essentielles dans notre rapport avec ce et ceux qui nous entourent, pour en prolonger la longévité et en respecter l'immensité. Paradoxalement, pour quelques-uns pourtant, la réalisation de cette fragilité ne mène pas à sa préservation, mais à sa prédation plus rapide encore pour en posséder toujours davantage. Le choix de la protection ne peut survivre sans un rapport à la loi et à l'éthique collective.
7. Selon le rapport Planète Vivante 2024 WWF, la population des mammifères, reptiles, oiseaux, amphibiens, poissons s'est effondrée de 73 % depuis 1970. La biodiversité des sols, insectes, des espèces végétales est aussi très majoritairement en déclin. Un changement réel de notre rapport au vivant, de la façon dont nous produisons et consommons, est l'unique possibilité pour protéger les habitats et restaurer en partie la biodiversité.

de nos positions à ce propos. Quel rapport avons-nous aux fêlures des autres ? À nos propres fêlures ? Quel rapport avons-nous à l'entraide, à la possibilité d'entendre nos douleurs, nos failles, nos émotions et celles des autres pour y apporter notre part d'accueil ? Quelle place faisons-nous à l'empathie ?

Chacun a bien sûr ses propres cheminements sur cet enjeu, mais réalisons que nous avons tous été nourrissons et devons notre vie à l'aide quotidienne reçue un temps de la part d'un adulte au moins.

Riche et complexe condition humaine, car, si nous étions nés autonomes, sans doute n'aurions-nous pas tissé des liens d'amour demandant tant d'efforts et de mouvements réciproques avec autrui. Si nous avions d'emblée parlé une même langue, nous n'aurions pas eu besoin de nous intéresser à celle de l'autre ni de provoquer son investissement et son attachement. Car voici comment compose un tout-petit avec sa fragilité et ses incapacités initiales. Et voici peut-être l'une des sources importantes de notre capacité d'adaptation.

Ainsi, c'est paradoxalement notre fragilité primitive qui, lorsqu'elle est accompagnée par des adultes en capacité d'accueil, fonde notre première solidité grâce à l'attachement et au soin prenant corps dans la relation. En grandissant, encore, heureusement, il arrive chaque jour que des parents, grands-parents, professeurs, éducateurs, aînés, parrains réels ou symboliques accompagnent les enfants et les adolescents pour qu'ils puissent aller au bout de ce qui compte pour eux. Nous sommes plusieurs à avoir quelque part un salut pour un adulte ou un ami nous ayant soutenus lorsqu'il le fallait, quand d'autres nous avaient peut-être refusé leur amitié.

Une attention minime à la fragilité d'autrui et à ses besoins physiques et psychiques est donc un prérequis à toute vie humaine. À cet égard, nombre d'études scientifiques montrent que la nature nous a justement

dotés d'outils pour composer avec la fragilité du monde, des autres et de nous-mêmes[8].

En 1998, Giacomo Rizzolatti, médecin et biologiste, et Vittorio Gallese, neuroscientifique, identifient des réseaux de cellules nerveuses permettant de ressentir ce dont nous percevons le reflet chez autrui et de nous mettre à sa place. Les connaissances actuelles sur l'empathie suggèrent depuis que ses trois composantes majeures font appel à des mécanismes neurologiques distincts, complémentaires et inconscients.

La première composante, largement répandue chez les mammifères et les oiseaux, est la capacité à partager les états affectifs et intentions des autres. Ainsi, des gens confrontés moins de quatre centièmes de secondes à des photographies de visages miment les expressions qu'ils viennent de voir sans en avoir conscience et témoignent ressentir l'émotion affichée sur la photographie (peur, tristesse, joie, étonnement…).

Le deuxième niveau d'empathie est l'envie de soulager et de consoler menant à la sympathie. Son troisième axe, plus conscient, est la possibilité de se représenter la situation de l'autre et la façon dont nous pourrions l'aider.

L'empathie est donc inscrite dans nos capacités instinctives primaires. Savoir cela et prendre conscience que les espèces ayant survécu au cours des millénaires sont celles dotées de capacités d'entraide, cela fait entendre, une fois encore, l'accueil de nos fragilités comme l'un des biais de nos puissances. À côté d'autres constructions à soutenir (possibilités d'élaborer, d'analyser, d'improviser, d'agir…), la sollicitude est un pilier nécessaire pour survivre personnellement et collectivement et vivre pleinement nos vies.

8. Dans son émission « Le lien qui nous rattache aux autres », Jean-Claude Ameisen développe de façon précieuse cette question du support biologique de l'empathie et présente les études qui s'y réfèrent.

Pourtant, nous ne pouvons nier qu'un défaut de transmission de cette faculté impacte aussi nos sociétés, ce dont nous parlerons tout à l'heure. Ainsi, pour que les enfants grandissent avec l'intérêt d'autrui, il nous faut leur en donner le goût.

Outre le partage de la première musique dans laquelle ils sont baignés, constituant une des conditions environnantes déterminantes[9], leurs expériences sociales et les témoignages qu'ils récoltent sont aussi de précieuses composantes de leur rapport au monde.

Me viennent ici les mots de Lise, une collègue auxiliaire de crèche. Tandis qu'elle console les enfants de 2 ou 3 ans qui se cognent, elle leur demande « si la chaise n'a pas eu mal aussi ? ». Et voilà les petits se mettre à sourire et à caresser les meubles en les questionnant pour savoir s'ils allaient mieux également. Jolie façon de commencer à prendre soin de soi et du monde et de n'associer la fragilité ni à la colère, ni à l'agressivité, ni au désir de vengeance.

Me revient aussi un dialogue entre une institutrice et une petite fille de sa classe qui s'évertuait à construire une forteresse, trousse-cahier-livre, pour empêcher son voisin de copier sur elle. Sa maîtresse vint la voir doucement. S'ensuivit cet échange :
« - Amalia, ne crois-tu pas que Léo essaie de voir ton cahier parce qu'il n'a pas compris ?
- Si.
- Alors, peut-être que tu pourrais l'aider ? Si je vous dis de vous taire, réponds-moi juste que tu expliques la leçon. Le seul moment où ce sera impossible sera pendant les évaluations pour que je sache exactement où vous en êtes sans appui et que vous réalisiez bien ce qu'il faut travailler en profondeur. »

9. À ce propos, les recherches sur l'épigénétique sont passionnantes. Sachons que nul n'est entièrement déterminé. Si nous sommes porteurs d'une mémoire génétique, celle-ci semble pouvoir ou non se révéler en fonction de notre vécu infantile. Par ailleurs, malgré l'importance des liens dans nos premières années, le mystère de chacun permet à certains de construire ailleurs d'autres d'attachements que ceux qu'ils ont reçus. Enfin, prendre conscience de l'impact des premières années sur les enfants nous demande encore une fois de soutenir autant que possible les parents dans leurs trajets.

Voici de quoi associer, au temps d'apprentissage, l'entraide et la démultiplication des puissances. J'imagine que chacun a des moments de cette teneur dans un coin de la tête. J'en citerai un dernier, issu lui aussi du presque rien qui fait presque tout, quand les moments du quotidien concernent des enfants dans leur allant devenant10. De petites scènes donc, dans des écoles en communauté française de Belgique, où les ateliers de la pensée joueuse permettent aux enfants d'incarner les personnages d'une scène imaginaire. Ils y traversent en douceur tous les rôles avant d'explorer leurs idées, leurs émotions et les actions engagées, en portant attention aux vulnérabilités qui affleurent.

Voici l'intérêt éveillé des uns pour les autres, la possibilité de concevoir des échanges hors de tout rapport de force, accueillant les hypothèses et les recherches. « J'aime les gens qui doutent », chante Anne Sylvestre. Les fragilités se tissent à la douceur pour devenir forces d'idées, d'échanges, de paroles. La castration initiale de l'absence de savoir devient une chance, dont la matière est la curiosité comme terreau de rencontres et de réjouissances.

Ainsi, les enfants gagnent à vivre ces expériences du soin et de l'entraide, mais aussi à découvrir l'air de rien quelques témoignages personnels sur cette question. Me revient le souvenir de cet homme parlant à ses fils d'un ami qui compléta pour lui son examen final lors de l'une de ses épreuves de doctorat.

La question du jugement aurait pu emmurer ce souvenir dans un habit de déception de soi-même, mais c'est au contraire la gratitude pour l'amitié, l'inattendu, la chance d'un instant, qui circula entre eux. Les événements ont pour les humains qui les vivent la valeur que leurs récits leur donnent. Grâce à ça, les fils de ce médecin héritèrent d'un père vivant, faillible par instants comme tout le monde, reconnaissant et rieur aussi, et non d'un modèle inatteignable écrasant.

10. Selon l'expression de Françoise Dolto.

Ici, comme souvent, le témoignage paisible naît de l'acceptation sans honte d'un moment de fragilité où la nécessité de relais s'entend et s'accueille avec soulagement lorsqu'elle a la chance d'être rencontrée en chemin.

Pour ma part, nombre de moments où d'autres m'ont apporté de grandes choses que je n'avais pas en moi avant de les rencontrer chez eux, de nouvelles façons de penser, ont été rendus possibles par ma demande d'aide à un instant donné.

Bien sûr, il est probable qu'il y ait eu pour nous tous aussi des ruptures amicales, des manques, des déceptions. Parfois, les mêmes interlocuteurs nous ont infiniment apporté un jour et ont manqué à l'appel à d'autres moments. Mais, si on le veut bien, leur héritage reste en nous. Et, puisque la mort n'enlève pas la valeur de la vie, il n'y a pas plus de raison de sacrifier aux peines et aux séparations les échanges et partages vécus. Certains liens sont faits pour durer toujours. D'autres pour nourrir, soutenir et amplifier ceux que nous sommes à certains moments de nos vies, sans que nous puissions toujours compter sur ces interlocuteurs, dont les fragilités s'incarnent, pour eux aussi, de diverses façons. Ceux qui ont donné du bon, nous ont apporté beaucoup et ne nous retirent pas notre liberté d'entraide avec d'autres selon les possibilités de chacun aux divers moments de la vie.

Un mot sur la fraternité

Quand la question de l'entraide se pose vient celle de la fraternité entre les êtres humains, quels qu'ils soient, mais aussi, au sens littéral premier, entre frères et sœurs dans une famille.

Les liens d'amour (ou de désamour) qui se tissent alors ne le font-ils pas en partie autour de la question de la fragilité ? Et, si ces expériences ne sont pas requestionnées, ne laissent-elles pas souvent une empreinte sur nos futurs rapports aux autres ?

Quand plusieurs enfants naissent dans une famille, presque toujours, un aîné accueille, dans son intimité, un nourrisson, fragile d'entre les fragiles, qui, par sa naissance, l'envoie lui du côté des forts. « Oh toi, tu es grand maintenant », s'entendent alors répéter chaque jour des enfants âgés de 2, 3, 4 ou 5 ans.

Tant de décentrement. Parfois, il faut soudain être un modèle, responsable, autonome. Pas petit, pas en demande, pas fragile, pas fragilisé. Quel malentendu…

Parmi d'autres enjeux – identifications parentales aux uns ou aux autres, contextes des naissances, etc. –, il y a donc toujours dans les fratries cette question des fragilités et de l'accueil de celles-ci par les différents membres de la famille.

Françoise Dolto nous donne à ce propos une piste de réflexion lumineuse. Parlant de la naissance du puîné, elle évoque le bouleversement de l'aîné, encore jeune, dans ce moment singulier. Et, tandis que nous associons si souvent sa jalousie à notre investissement d'un autre, elle pointe un gouffre qui s'ouvre de soi à soi chez l'enfant plus âgé, prenant soudain conscience du temps qui passe. Pour celui qui n'est plus un nourrisson, le sentiment d'avoir perdu sa toute petite enfance demande à être accompagné et soutenu profondément. Traversant ce moment, un enfant gagne à entendre qu'il a le droit de profiter avec son frère ou sa sœur des choses qu'il aimait faire au début de sa vie et qui lui manquent depuis qu'elles reprennent corps sous ses yeux. Comprendre qu'il a en lui tous les âges de la vie lui permet de commencer à percevoir que le bébé n'est pas celui qui lui vole la petite enfance, mais celui qui lui en redonne l'accès.

Pour autant, ces expériences qui cherchent souvent à se rouvrir demandent à être pensées en famille.

Certaines ne seront pas possibles : les vraies bêtises et les gestes qui font mal, ces mouvements auxquels l'aîné a appris à renoncer resteront impossibles pour lui, tandis que le plus jeune commence aussi cet

apprentissage. Sur un autre registre, reprendre le sein ou dormir entre ses parents risque d'entraîner une régression trop vertigineuse, loin d'être structurante. Mais, à 3 ou 4 ans, babiller un peu, regoûter au biberon ou à la poussette le temps de quelques balades, retrouver ses berceuses ou vider un tiroir avec jubilation pour accompagner son frère de 15 mois, ce peut être une joie apaisante.

Parler de ça et sortir des rôles qui se sont verrouillés à l'occasion d'une période de vie aident à la paix familiale, au plaisir d'être ensemble, à la réassurance de chacun. Je le vois tous les jours dans mon bureau. Non seulement en recevant des enfants, mais aussi quand des patients adultes témoignent de leur difficulté à accéder à leur fragilité, à sortir du rôle du fort qui les emprisonne, ou quand d'autres se sentent au contraire toujours diminués, hypersensibles, moins doués, comparés. Comprendre les raisons logiques de ces projections desserre les nœuds de nos empêchements pour redonner matière à l'amour fraternel et parfois même aux liens d'amitié, s'ils en portent l'empreinte inconsciente.

S'étonner des fragilisations

L'instant que nous venons d'évoquer parle de fraternité, mais aussi de la façon dont la vie se déploie, plus riche, solide et juste, quand un vécu douloureux commence à se dire et à se penser autrement. Malheureusement, chez les enfants plus encore qu'aux autres âges, les fragilités nées de chagrins enfouis ou impossibles à formuler ont tendance à devenir des tensions. Ainsi naissent des malentendus à dénouer si nous le pouvons grâce aux signes égrenés par les corps, expressions et paroles de nos jeunes interlocuteurs. Alors, sans chercher à tout analyser ou à commenter, sans nous astreindre à une tentative de disponibilité constante culpabilisante, essayons de faire une place à l'étonnement et à de nouveaux éclairages quand les réponses d'abord évidentes se sont épuisées en vain.

À ce propos, une maman partagea un joli moment familial. Son fils de 5 ans réveillait depuis peu ses parents toutes les nuits sous des prétextes innombrables et se mettait en rage quand ses amis étaient en présence de sa famille. La patience nocturne puis le recadrage conflictuel n'ayant pu apaiser la situation, la maman tenta quelques hypothèses. Parmi elles, les mots de son petit Néo lui permirent bientôt d'apercevoir la source de la fragilisation au cœur des soudaines demandes infinies de son fils : « Je t'aime comme le ciel », lui murmurait-il ces temps-ci, avant d'ajouter cette fois : « Je t'aime trop, ça me fait mal. » C'est à cette parole chargée de vérité qu'elle répondit à peu près cela : « En ce moment, je crois que tu nous aimes trop fort et que ça te chamboule. Je me trompe ? Non. Alors, tu sais, c'est comme ça pour tous les enfants pendant un temps, mais ça passe, ne t'inquiète pas. Ne te sépare pas des autres gens que tu aimes. Tu peux leur parler de ça si tu veux. Et, si tu as besoin d'être avec moi quand nous sommes avec du monde, donne-moi la main, ou fais-moi un clin d'œil et profite du reste. »

Après ces mots, Néo commença à s'apaiser et à rejouer avec sa sœur et ses amis. Parallèlement, les parents purent soutenir plus justement les limites sur les nuits, puisque même par amour, on ne peut ni réveiller ceux qu'on aime ni tout exiger d'eux.

Entendre ce qui se dit derrière nos vulnérabilités participe aux processus de libération, ouvrant de nouveaux souffles.

Fonder les limites essentielles

Les enfants ont besoin d'être entendus pour découvrir avec respect leurs profondeurs et soutenir leurs puissances de vie. C'est aussi en parlant qu'ils apprennent à accompagner leurs fragilisations et à fonder des limites face aux démesures rencontrées. Notre transmission sur ce point est fondamentale et fait partie des grands enjeux liés à la fragilité.

Il ne s'agit pas de vivre dans la crainte des autres, mais de trouver une position juste entre la confiance et la nécessité de protection. Dans les premières années des enfants, nous avons généralement la possibilité d'accompagner leurs rapports souvent parsemés de gestes pulsionnels par nos médiations, reprises et consolations. Dans le même temps, les petits gagnent à apprendre à transmettre leurs limites pour préserver leurs espaces, découvertes et jeux. N'hésitons pas également à proposer d'accueillir l'autre pour soutenir des liens joyeux. « Il vient te voir parce que tu l'intéresses. Tu veux lui faire une place ou tu préfères jouer tranquille ? Veux-tu lui montrer ça ? » pourrons-nous dire chacun à notre façon. Tous ces soutiens sont nécessaires pour fonder la confiance, mais cette dernière ne survit que si les enfants savent que nous les aiderons s'ils sont malmenés. Transmettons-leur donc, dès que possible, que la brutalité, le mépris, le sadisme n'ont pas de place dans les échanges. Ils ont besoin de savoir qu'avec cette limite, on ne transige pas et de comprendre ce qui se passe pour ceux qui sont agressés.

Un peu plus tard, face aux méchancetés qui circulent en âge scolaire et peuvent laisser sidérés et affaiblis, des clés existent pour aider les enfants à penser ces questions, à trouver leur éthique et à se faire entendre. Présenter des scénarios sociaux[11] à ceux qui sont impactés pour les aider à ne pas rester sans voix, décrypter en collectivité les mots injurieux qui circulent et aider les enfants à analyser les échanges douloureux afin d'en comprendre les mécanismes en cheminant jusqu'à la réparation… sont autant de pistes faisant leurs preuves à l'école.

11. Proposons, par exemple, aux enfants de renvoyer avec pertinence la question les ayant attaqués, pour se dégager de la sidération et de la honte. À l'interpellation « Il est moche ton manteau (ton visage…) ! » le petit visé peut s'entraîner à répondre « Et alors ? », « Et alors ? C'est quoi le problème ? », ou « Et alors ? Moi je le trouve beau ! C'est peut-être toi qui as un problème avec ton manteau ? ». Bref, « c'est celui qui dit qui l'est ! » Cette prise de parole peut se faire progressivement si l'enfant le souhaite en étant informé que des étapes seront sans doute utiles avant que ses réponses ne soient paisibles.

Outre ce travail possible adressé notamment au collectif, quand un rapport de pouvoir jaillit contre un enfant et que la fragilisation commence, ne relativisons pas l'agressivité et ne laissons jamais croire à celui pris en otage qu'il est normal d'être victime de violences. Que celles-ci se déversent en maternelle, en primaire, au collège, au lycée ou entre frères, sœurs, cousins, personne n'a à vivre dans la terreur de recevoir un coup de poing, d'être constamment moqué, insulté ou de subir des sévices.

Quand les choses prennent cette tournure, certains ont la chance de le dire, mais, souvent, il n'en est rien. Ils peuvent vouloir protéger les adultes, préserver leur pudeur, n'avoir pas l'habitude de parler. Ils peuvent être intimidés et réduits au silence, se penser coupables de la situation ou la croire normale. Ils peuvent êtres assaillis par une honte injustifiée ou avoir alerté quelqu'un sans être entendus.

Alors il n'est pas toujours simple de savoir que de telles situations ont commencé, mais, si nous percevons des signaux de douleur (maux de ventre, de tête, chagrins nocturnes, refus d'aller à l'école, refus ou pleurs à l'idée de voir une personne, perte ou prise massive de poids, crises de panique, drogues pour les plus âgés…) ou si un enfant nous glisse un mot, même à mi-voix, ne minimisons pas ce qui doit être découvert.

Bien entendu, d'autres douleurs peuvent faire naître de tels symptômes, mais gardons en tête le harcèlement qui cause la dépression et les passages à l'acte d'un grand nombre d'enfants (idées noires, insomnies, repli sur soi, dévalorisation, phobie scolaire, scarifications, idées suicidaires…). Pour les sortir de là, mettons à leur disposition des canaux dont ils pourront se saisir sans danger pour parler.

Il nous appartient en tant qu'adultes et professionnels d'éveiller notre attention aux signaux des enfants et de mettre en place toute modalité pour leur ouvrir la possibilité de s'adresser à un adulte de confiance qui

saura les écouter et les accompagner. Soulignons également qu'un climat paisible et respectueux entre adultes au sein du collectif sera, à titre d'exemplarité et d'ouverture à la parole, propice à contenir les débordements agressifs.

Souvent, alors, nos interventions suffisent à faire cesser les violences. Dans le cas contraire, il reste primordial que l'enfant meurtri ne soit plus confronté aux agressions, quelle que soit la mesure prise pour ça. Interrompre la maltraitance commence à le protéger et acter qu'il n'est jamais dans l'ordre des choses de subir les brutalités, qu'il est toujours légitime de se protéger soi-même, si cela est possible, ou de demander protection. Ensuite viendra le travail de pensée, de parole et de réparation. Parmi les étapes judicieuses dans ce temps singulier, offrir à l'enfant attaqué un exutoire peut être nécessaire pour remettre en mouvement son corps souvent figé par la dureté reçue (proposons, selon les âges, de déchirer ou de jeter un dessin de l'agression, d'utiliser un coussin de la colère, de faire de la boxe ou de la danse…).

Enfin, pour que l'enfant meurtri sorte du cycle dans lequel il a été saisi sans rééditer de violence contre lui-même ou contre autrui, il nous faut penser le devenir de l'agressivité reçue.

À cet égard, plusieurs analysants ayant été des enfants gentils et généralement heureux me racontèrent la bascule opérée lorsqu'ils furent maltraités à répétition par un convaincu de la férocité. Tous firent le récit du jour où ils choisirent en début d'adolescence de renoncer à toute fragilité. S'ensuivaient des années de décentrement, puis un trajet repris pour se retrouver.

L'un d'entre eux, maltraité au collège puis devenu maltraitant en début de lycée, partagea les mots qui lui permirent de s'en sortir. Il évoqua l'honnêteté de sa proviseure exprimant son regret de n'avoir pu le protéger lui, la reconnaissance de ce qui fut subi, le travail

de reconstruction et l'absolue promesse d'être là pour le préserver dans le futur. Il découvrit qu'il avait pour toujours le droit de se défendre, d'exiger d'un adulte qu'il préserve sa sécurité, de refuser de se rendre en cours dans de tels contextes. Une autre étape de cette élaboration fut de ne pas se trahir en s'identifiant à ses agresseurs passés, d'entendre sa soif de réparation, d'utiliser sa force et son énergie pour le meilleur.

Il existe ainsi toute une gamme d'actions entre la place de victime et celle de tyran.

Accompagner les enfants violents avec eux-mêmes

Penser la brutalité vécue par les enfants, c'est aussi penser la cruauté interne qu'un grand nombre d'entre eux se font subir. Attaquant sans répit leurs moindres fragilités, ils les muent en failles sans fond[12]. Se juger en permanence est une attaque pouvant les conduire à user contre eux de sadisme psychique et de violences physiques plus dangereuses encore. Ces hontes et culpabilités injustes peuvent naître de mauvaises rencontres réelles, de réseaux sociaux parfois très toxiques[13], d'un rapport familial favorable à la culpabilité, ou provenir sans que nous le voulions d'une trop grande exigence de notre part à leur encontre ou même contre nous-mêmes.

Les contrôles exacerbés, jugements, mépris sont contagieux et s'internalisent.

Ces processus nous imprègnent, que nous en soyons les témoins réguliers ou, pire, les destinataires.

Alors, pour éviter que des paroles dites parfois seulement sous le coup de l'exaspération soient crues, ne donnons pas aux enfants l'impression qu'ils peuvent

12. Ce processus se poursuit souvent à l'âge adulte lorsqu'il n'est pas arrêté.
13. À ce propos, sachons que le 116000 (24 h/24) est un service d'aide dédié aux harcèlement, chantage, transmissions de photographies sur les réseaux sociaux ou autre cyberviolence.

nous décevoir, perdre notre amour ou notre respect s'ils font autre chose que ce que nous attendons. Nous sommes tous concernés par cette question, parents comme professionnels.

Être adulte face aux enfants

Nous l'avons vu, pour que la fragilité soit une composante tranquille du vivant, il nous faut accompagner les enfants pour qu'ils bordent leurs pulsions et soient protégés au mieux de celles des autres. De la même façon, nous, adultes, devons prendre soin d'eux. Il ne s'agit ni d'éviter toute tension, ni de nous soustraire à toute fâcherie ou à tout conflit dont certains sont aussi nécessaires que structurants. Nous ne pourrons échapper au sentiment d'être épuisés, dépassés, tendus parfois face à la force de leur altérité mais évitons les démesures, les radicales indifférences et les jugements constants. Leur demander dès le plus jeune âge, à notre façon, leurs besoins, leurs peurs, leurs tensions, leurs difficultés relève, je crois, d'une démarche préventive.

Après des années de silence, une adolescente pourra ainsi dire à sa mère que les disputes nocturnes quotidiennes entre ses parents sont pour elle une vraie douleur. Sa mère en parlera le lendemain à une amie prenant conscience du même phénomène dans sa maison avec ses deux fillettes. Même tardivement, il est toujours temps de ramener un peu de paix dans les corps de nos enfants secoués sans que nous nous en soyons parfois rendu compte.

Je pense ici aussi à cette formidable jeune femme, ayant reçu de ses professeurs de nombreuses paroles dénigrantes quant à sa soi-disant capacité à ne rien faire, tandis qu'elle rassemblait en réalité chaque jour une force infinie pour poursuivre ses études malgré une maltraitance psychologique quotidienne à la maison. Quel malentendu !

Bien entendu, personne ne peut deviner ce qui bouleverse les enfants s'ils ne parviennent à en parler, mais

intéressons-nous à eux et offrons-leur notre amitié quand nous le pouvons. Tout au moins, n'allons pas trop vite à les juger et rappelons-nous qu'ils méritent notre respect et nos égards, quelles que soient les difficultés qu'ils traversent, comme tout interlocuteur, et peut-être plus encore du fait de notre responsabilité collective à les accompagner.

Lutter contre la maltraitance

Penser la fragilité nous demande enfin d'évoquer le plus grand enjeu quand nous accompagnons des enfants et adolescents. À savoir la maltraitance physique et psychologique de la part des adultes contre eux. Nous tous, devenus grands, avons comme premier devoir de renoncer à la destruction, à l'absolutisme, à la prédation. Et, quand ce choix est fait, essayons de toutes nos forces de ne pas fermer les yeux quand nous sommes témoins de l'attaque déstructurante d'un enfant par un adulte, se répétant souvent au quotidien[14]. Sur ce point, notre humanité a toujours un profond travail à faire.

Les cruautés sont présentes dans toutes les sociétés, à quelques exceptions rares, et cela à chaque époque et dans tous les lieux du monde, dans le cercle intime de la famille, comme dans les espaces d'éducation, de loisir ou de vie, quels qu'ils soient. En témoignent les paroles et les chiffres bouleversants concernant les violences morales ou physiques, d'une part, et les abus sexuels, d'autre part[15].

Face à cette réalité, les enfants ont besoin de savoir que les grandes personnes doivent, comme tout le monde, respecter leur corps, leur pensée, leurs limites. Qu'il leur est interdit d'humilier, de frapper ou de toucher à

14. Si nous ne savons que faire, mais qu'une situation nous inquiète, appelons le 103 où des professionnels pourront nous entendre et chercher comment accompagner les enfants concernés et leur entourage.
15. Pour avoir quelques repères, sachons que le Conseil de l'Europe estime aujourd'hui que près d'un enfant sur cinq subit une forme de violence sexuelle en Europe et, , les autres continents sont également largement concernés.

l'intimité physique d'un mineur. Et, puisque les agresseurs parviennent souvent à faire croire à leurs jeunes victimes que ce sont elles qui provoquent les abus qu'elles subissent, les enfants doivent apprendre que ces événements ne sont jamais de leur faute, que nul secret ne doit faire mal et que, si de telles choses leur arrivent ou arrivent à leurs connaissances, ils pourront être défendus par des adultes de confiance. Les mots pour parler de ça ne sont pas simples à trouver, car il ne s'agit pas de les envahir de peurs. Mais transmettre ces limites pour eux et leurs camarades est essentiel pour mieux les protéger.

À cet égard, penser cela en tant que professionnel en lien avec des enfants, en privé ou en équipe, est une étape du travail de prévention. La Belgique est heureusement sur ce point en action depuis plusieurs décennies maintenant, ce qui a pour effet de faire décroître le nombre d'enfants impactés, harcelés et maltraités, contrairement, encore, à bien des pays voisins. Mais seule une continuité de ce travail pourra soutenir le vivant et la beauté d'une société faisant une place au soin et à l'accueil.

Nous avons donc aujourd'hui des outils déterminants à notre disposition pour ne pas maltraiter les enfants. Le premier est d'en faire le choix radical et définitif.

Penser les racines des guerres contre la fragilité et quelques voies pour en sortir

Nous l'avons vu, apprivoiser la fragilité crée une possibilité de mouvement et d'élaboration, octroyant des forces innombrables et une liberté fondamentale. Alors pourquoi en faisons-nous si souvent une ennemie ? Plusieurs processus œuvrent à cela. Tour à tour ou de concert, des fantasmes de grandeur et des peurs diverses rompent avec les nuances nécessaires à une vie amie pour soi-même et pour les autres.

Ainsi, lorsqu'une confusion fait de la fragilité la passerelle vers tous les maux – la déception, les agressions, la faiblesse, la mélancolie, l'effondrement… –, l'attaque systématique de la vulnérabilité commence. Enclenchant tristement ce qu'elle prétend éviter dans un processus qui, loin de fonder un socle structurant, ne créé que les conditions de quotidiens abîmés.

Éviter aux enfants de tomber dans ces pièges demande de penser nos peurs pour en sortir autrement qu'en sacrifiant vainement la vulnérabilité essentielle à toute humanité.

La peur d'échouer et de décevoir

Les discours sociétaux ont un impact majeur sur les intimités de leurs contemporains. La façon dont ils accompagnent, bordent ou galvanisent nos inquiétudes influence quotidiennement notre lien à la fragilité. À cet égard, le rapport à l'échec et à la pression impacte la vie de beaucoup d'enfants et de familles. Comment accueillir les expériences naturelles des petits quand l'ombre nerveuse de la honte et de la déception plane sur chacune d'elles ? Combien d'enfants se bouleversent ou enragent s'ils ne remplissent

pas leurs propres attentes ou celles de leurs aînés ? Combien sont dans l'impossibilité d'accueillir en souplesse leur vécu à cause de l'investissement d'un idéal de puissance trompeur ? Comment rester en lien avec l'intérêt pour le monde quand la pression devient une toile de fond ? Si la dévalorisation et la crainte de l'échec impactent bien sûr les enfants de façon évidente, le rapport permanent à la survalorisation est paradoxalement lui aussi anxiogène et devient vite addictif. De la même façon, les entraîner à être constamment forts conduit au doute vertigineux lors de la première faille.

Nous sommes trop, pris par le désir de l'autre[16], à nous penser ainsi sans valeur ou à être au contraire constamment occupés à performer, rendre fier et ne pas décevoir. La fragilité est alors traquée comme une fauteuse de troubles dans cette course à la performance qui oblige à se dévaluer sans cesse ou à vivre de longues périodes de stress pour de courtes périodes de gratification, aussitôt reléguées au passé par de nouveaux objectifs à atteindre.

Au lieu de considérer la fragilité qui apparaît comme une entrave, entendons-la comme une part intime irréductible, nous empêchant en réalité d'être des machines à satisfaction, répondant au bâton ou à la carotte. Notre esprit demande de vivre hors du système enfermant et réducteur des comparaisons et de la quête d'un mirage anxiogène, nous ôtant notre vitalité première en prétendant paradoxalement nous offrir le moteur de son exigence vorace.

Si la peur de l'échec marque fréquemment le domaine scolaire, il est loin d'être son unique domaine de chasse. Ainsi, l'angoisse de décevoir ou de se décevoir touche aussi fréquemment la question du corps. Ne laisser aucune place à la fragilité devient parfois une obsession physique.

16. Grandissant ainsi, le désir de l'autre s'internalise généralement pour devenir progressivement une sorte de dictateur interne.

Pensons aux troubles du comportement alimentaire verrouillés autour d'un idéal de maîtrise tyrannisant leurs cibles. Bien entendu, de tels symptômes témoignent généralement de douleurs familiales profondes ou de blessures nées de mauvaises rencontres récentes, mais, parmi ces causes, la terreur de la défaillance portée par certains idéaux physiques sociétaux peut participer à empêcher un sujet de répondre à ses besoins primaires et à le mettre en danger dans les cas de maîtrise extrême. Être plus fort que la faim, quitte, l'anesthésiant, à en mourir…

Sur ce versant du corps, comment ne pas évoquer aussi la construction du masculin, si souvent impactée par le désir d'un renoncement à la fragilité ? Je pense à ce propos à un témoignage marquant dans une émission de radio. Il est à la fois le récit de faits réels et la parabole du piège de la toute-puissance recherchée face à une fragilité redoutée. Une fois encore, se tromper de danger coûte très cher. Ainsi, dans les années 1950, aux États-Unis, des dizaines d'hommes jeunes et en parfaite santé moururent de pneumonies contractées pour ne pas avoir porté les manteaux qu'ils possédaient, voulant sembler plus forts que le climat. Voilà où mène l'absence d'empathie envers soi-même dans une traque de la fragilité naturelle. Car quoi de plus fragile qu'un humain privé de la boussole de la prise en compte de sa fragilité ?

En pensant à ces tout jeunes hommes, demandons-nous quels traumatismes causent de telles cécités ?

Le pivot de leur drame a-t-il été la peur de la honte et de la moquerie s'ils avaient porté un manteau et que leurs amis aient pensé qu'ils avaient froid ? N'ont-ils pu renoncer au regard admiratif reçu de la part de ceux qui ne peuvent investir qu'une apparence, faute de construire un véritable lien de compréhension ? Leur enfance avait-elle abrité des parents les brutalisant ou les jugeant s'ils prenaient soin d'eux-mêmes ou exprimaient un besoin ? Et, si oui, était-ce pour les renforcer ?

Oser vivre

Contrairement à l'exigence sourde et insatiable dressant l'humain contre tout et lui-même, l'accès à la solidité et à l'occasion de se réaliser se fait en apprivoisant ses sensations, ses intérêts et son environnement pour s'en faire des compagnons.

À cet égard, me revient un dialogue avec une petite fille de 3 ans expliquant à sa mère qu'elle mettait son manteau pour « ne pas tomber malade comme tonton Étienne », avant d'ajouter, en réponse à son enthousiasme face à sa longue marche, « oui, tu sais, c'est parce qu'avec papa et tonton Anto, on fait des choses difficiles pour construire un restaurant, alors ça me donne de la force ».

Entendons comment son père, l'associant à ses amis, lui donne les outils de la protection de soi, de la solidité du lien, de la puissance de l'action, de la débrouillardise et de l'estime d'elle-même. Se réjouissant ensemble des plaisirs à faire, penser, partager, elle apprend à oser. Se voyant confier des tâches sérieuses et consultée comme partenaire de trouvailles, elle sent sa capacité à faire par elle-même et avec d'autres. Recevant au passage des témoignages d'impossibilités momentanées et du temps pour élaborer, elle expérimente d'accueillir les fluctuations sans s'effondrer. Ainsi, la possibilité de se sentir suffisamment solide naît dans la confiance que nous portons aux enfants quand nous ne les identifions pas aux instants d'impuissances qu'ils traversent forcément.

Quand les enfants s'installent au contraire dans des dynamiques de comparaison et de dévalorisation les privant de leur rapport au monde pour surinvestir perpétuellement l'enjeu de leur propre valeur, l'entourage peut heureusement avoir un effet apaisant. Les professionnels plus encore que d'autres ont généralement l'oreille attentive des familles pour aider à sortir de la question de la réussite et de l'échec et permettre de retrouver un espace d'estime de soi et de curiosité

libéré de l'angoisse de la performance. Cessant de se croire irrémédiablement défaillants, bien des enfants peuvent se ressaisir au fil du temps de leur capacité d'apprentissage et de découverte ; quand d'autres ralentissent leur course à l'injonction interne d'une réussite quotidienne pour reprendre du plaisir dans un rapport plus direct au savoir.

Enfin, si les professionnels peuvent être d'un grand secours sur l'enjeu scolaire, ils peuvent aussi soulager la question du corps. Des psychomotriciens, kinésithérapeutes et artistes investissent ainsi le corps dans une modalité profonde où l'endurance et l'accès à la capacité d'agir n'excluent pas l'écoute de la fragilité. Certains chorégraphes ouvrant des ateliers où s'apprivoise l'art de la chute en sont, pour moi, de beaux exemples.

La crainte de l'empathie et la peur de l'autre

La recherche d'une puissance sans faille occupe-t-elle une place si importante dans les esprits par la seule obsession du dépassement de soi ou naît-elle aussi d'un rapport duel aux autres ? À bien y regarder, ces deux enjeux se relient inlassablement en impactant nos vies. Certaines des productions culturelles offertes aux enfants donnent sur ce point beaucoup à penser.

Combien d'entre eux côtoient des modèles identificatoires dédiés au culte du conflit ? Combien s'absentent d'eux-mêmes pour imiter des personnages brutaux, sans aucune gentillesse ? Les dessins animés et jeux vidéo montrant des héros riant à gorge déployée en tranchant la tête de leur ennemi dans un flot sanglant envahissent les espaces de rêverie et de liberté, notamment des garçons, qui devraient être occupés par tous les intérêts et plaisirs de la vie (créativité, lecture, musique, arts, sports, humour, tendresse, curiosité, plaisir des liens, explorations, sciences, histoires…).

Ces productions ne sont pas le reflet du hasard, mais le

fruit de causes nous faisant accepter que de tels récits imbibent les représentations enfantines… Est-ce par inconscience généralisée ? Par sadisme à leur égard ? Par cynisme mercantile ? Ces messages créés par des adultes ont-ils pour volonté de faire des petits des combattants endurcis17 ? Si quelque chose circule possiblement inconsciemment de tout cela de génération en génération, la crainte d'autrui n'est-elle pas aussi au cœur de cette histoire ? Et si oui, qu'y pouvons-nous ?

Certains pensent avec Hobbes que l'homme est un loup pour l'homme et qu'il faut se montrer sans failles, invincible, brutal, pour ne pas être une proie. Vouloir endurcir les enfants devient généralement la suite d'une telle croyance. Il semble pourtant que cette logique soit un leurre ne préservant jamais tout à fait ceux qui s'y prêtent18, tandis que se trouve sacrifié au passage le sel de l'humanité, car, quand la méfiance première se met en marche, les partages, les liens, le soin et la sympathie naturelle cèdent. La défiance de principe induit toujours d'attaquer sa propre fragilité, celle d'autrui ou les deux à la fois, nourrissant de fait le cycle de la violence.

Pourtant, aucun adulte ne rêve de batailles permanentes pour ses enfants.

Ni victime ni bourreau

Ne pas ériger la méfiance en boussole n'est en aucun cas prétendre que la bonté règne partout. Bien sûr, la violence se déploie dans un nombre immense de

17. À ce propos, je pense au puissant livre Histoire d'un Allemand. Souvenirs (1914-1933), dans lequel Sebastian Haffner relate combien l'omniprésence des jeux de guerre en Allemagne dans les années 1910-1920 participa redoutablement à préparer la Seconde Guerre mondiale vingt-cinq ans plus tard. Bien entendu, l'enfer de cette période fut le fruit de causes complexes, mais habituer les humains à se sentir guerriers prépare sans nul doute leur départ enjoué au combat.
18. Au sein d'un système basé sur la prédation et l'agression de chaque fêlure, tout caïd sait qu'il tombera un jour sur plus brutal que lui. Le système paranoïaque le mieux conçu n'y pourra rien changer. De plus, l'attaque de la fragilité d'autrui crée en miroir pour celui qui la génère une anxiété permanente quant à ses propres faiblesses, car chacun sait au fond qu'au jeu de l'absolue toute-puissance, il ne peut que finir par perdre, comme tout le monde.

sphères. Bien sûr, des pulsions agressives existent en chacun de nous, mais les pulsions de vie existent et sont partout, elles aussi. Un nombre immense d'humains travaillent à faire que le monde soit vivable et que des vies trouvent un ancrage où la joie et le sens aient une grande place.

Alors laissons résonner le très beau titre du livre La Puissance de la douceur, écrit par Anne Dufourmantelle.

Qu'on se le dise, à condition de refuser le sadisme autant qu'il nous est possible, tenir compte de sa fragilité et de celle d'autrui, au lieu de se durcir à l'extrême, est un immense créateur de force. J'en prends pour exemple des anciens enfants gravement maltraités étant restés en lien avec leur être véritable, ne s'étant fermés ni à eux-mêmes ni aux autres. Céline Gréco est devenue cheffe du service de médecine de la douleur et palliative à l'hôpital Necker-Enfants malades, Andréa Bescond, artiste, danseuse, chorégraphe, scénariste… Bien d'autres encore. Elles et ils sont militants pour la protection de l'enfance et contre les maltraitances. Tous, pourtant bien placés pour se méfier d'autrui, créent des espaces de forces et de puissances, là où la dureté et l'indifférence ne produisent que la répétition et la démultiplication des fragilisations et des brisures extrêmes.

Combien de gens travaillent donc aux métiers du soin et de l'accueil (je ne parle pas seulement des soignants, mais aussi des professeurs, pompiers, agriculteurs, artistes, constructeurs, peintres en bâtiment, cantiniers, aides à domicile, restaurateurs, avocats… Bref, de tous ceux qui mettent leur énergie à faire que le social puisse être un refuge vivant pour chacun) ? Combien de gens sont animés par des liens d'amour et d'amitié ? Combien offrent leur attention à d'autres au quotidien ?

Nul désir d'idéaliser l'être humain, ou de le diviser complètement entre bons et mauvais, mais entendons résonner cette phrase écrite par Albert Camus à son

ami Louis Guilloux : « Ce qui équilibre l'absurde est la communauté des hommes en lutte contre lui. »

Alors, pour que les enfants puissent construire les liens les plus heureux qui soient, nous avons besoin de fonder le double ancrage de la sympathie pour autrui et de l'établissement de limites internes solides face aux maltraitances des uns par les autres.

La peur de la trop grande faiblesse

À la peur de l'échec, de la honte et d'autrui, j'ajouterai enfin, comme l'une des causes fréquentes des rejets intimes de la fragilité, le choix de se protéger radicalement d'une faiblesse trop envahissante. Quand la fragilité est, ou a été, trop centrale dans nos vies, quand elle n'a pu être accompagnée par la capacité à pouvoir dire, penser et agir, quand elle n'a pu côtoyer la joie et la légèreté, celui qui en est ou en a été l'otage peut rêver d'un monde sans chagrin ni failles.

L'impression de porter la faiblesse comme une identité coûte cher à nombre de gens, quel que soit leur âge. Ce sentiment est peut-être apparu, sans que personne ne le veuille, à l'occasion d'un deuil ou d'une naissance particulièrement risquée, faisant jaillir la crainte dans le cœur des parents ? Il est peut-être venu de ce qu'une famille trop peu investie par son propre entourage ait souhaité tout donner à un enfant, le couvant d'une inquiétude interprétée malheureusement à tort par ce dernier comme la résultante d'une faille en lui ? Ce vécu d'impuissance est peut-être arrivé en se comparant à des aînés pris par des rôles d'efficacité et de performance absolues ? Il se peut aussi qu'il soit venu par le biais de jugements extérieurs ou pour d'autres raisons profondes…

Parmi elles, l'impression de porter en soi une faiblesse massive peut aussi jaillir après un événement créant une angoisse soudaine. Jeanne en fit l'expérience. Lumineuse petite fille de 6 ans, elle vécut la nécessité de trouver la juste mesure pour accueillir un instant

de vulnérabilité sans la laisser enfler quand cela est possible.

Quand une inondation imprégna son appartement, le sentiment d'impuissance et de peur l'envahit. Sa mère répondant à sa soudaine demande de réassurance passa de longs moments à l'endormir chaque soir. Après deux ou trois mois, la peur ne s'apaisant pas, mais s'amplifiant et s'entretenant du sentiment d'avoir sans cesse besoin d'un autre et de la sensation d'être intensément choyée dans ces moments, sa mère décida d'interrompre ces scènes de réconfort d'abord nécessaires, mais créatrices désormais de ce qu'elles voulaient éviter. La peur fut ainsi fermée. La mère de Jeanne prévint sa fille qu'il n'y aurait plus de long réconfort face à cette angoisse, mais qu'elle limiterait désormais le fait d'y plonger. L'inondation était derrière, la fillette pouvait être tranquille et cesser de se laisser glisser dans un appel sans fond. Jeanne, malgré une légère hésitation à cette idée, fut en réalité libérée le soir même, retrouva ses couleurs et son sommeil paisible.

Bien entendu, toutes les situations ne sont pas équivalentes. Et il est possible qu'une limite même posée judicieusement, factuellement et avec conviction, n'ait pas l'effet libérateur espéré. Si tel est le cas, il sera toujours temps de penser autrement ce qui se vit, mais gardons en tête qu'après avoir été accueillie et élaborée, la plongée dans la fragilité demande parfois à être arrêtée.

Comme pour Jeanne, et quelle que soit la raison de ce sentiment, ceux qui portent depuis un événement précis ou depuis le premier jour cette impression de faiblesse, ont, je crois, toujours besoin de rompre avec cette croyance autoréalisatrice, leur ôtant leur confiance en eux et leur rapport nuancé à la vie.

Quand cela est possible, souhaitons que les pièges à l'œuvre se défassent, que d'autres éclairages et vérités prennent corps, que ceux qui parcourent ce chemin

puissent apprivoiser ce qui s'est passé pour eux, les projections qu'ils ont abritées souvent inconsciemment. Souhaitons qu'ils pourront se prendre en amitié, entrevoir d'autres fragilités que les leurs et d'autres beautés en eux. Souhaitons, en tout cas, qu'ils cesseront de se dévaloriser.

Enfin, espérons pour chacun que l'accès à une force retrouvée permettra bientôt un équilibre et une libération ne faisant pas tomber le sujet dans la recherche de la maîtrise absolue, coûteuse elle aussi, nous l'avons vu. Car, si l'emprise de la faiblesse est une peau d'une lourdeur écrasante, une position de toute-puissance nous fait aussi passer à côté de nous-mêmes et des autres, dans un rapport au monde défensif, caché, fébrile[19].

Se protéger des émotions et de la douleur

Tenter de s'éloigner radicalement de la fragilité pour éviter le vertige de la faiblesse massive est aussi une difficulté pouvant toucher ceux qui ont été témoins et interlocuteurs de trop grandes douleurs. Car, parfois, la violence a été si forte dans l'entourage et les fragilisations si puissantes que tout sentiment de chagrin s'en trouve interdit. J'entends alors dans mon bureau, des parents qui, pour avoir de trop près côtoyé la mélancolie, les drames familiaux ou des catastrophes traumatiques, luttent pour épargner à leurs enfants toute émotion douloureuse et ne jamais répéter l'histoire.

Est-ce aussi pour ne plus ressentir le tourment que la porte de la parole et de l'écoute des chagrins se ferme ? Par hantise de l'effondrement ? Par habitude d'avancer sans se demander comment nous allons ? Est-ce par conditionnement quand nos propres émotions furent gelées avant de se dire ? Par perpétuation

19. Il est difficile de quitter un rôle joué depuis toujours. Celui du fort, condamnant à penser et à agir seul en s'interdisant tout appel à l'aide, peut être un redoutable piège doré, car il risque d'empêcher d'ouvrir la première porte de la reconnaissance de la fragilité nécessaire aux processus de libération.

du tabou entourant certains cataclysmes, mettant parfois l'intégralité des mots profonds sous verrou, de peur que quelque chose du secret échappe à cette occasion ?

Alors, même hors de danger, ayant trouvé une terre où vivre loin des accablements, même en sécurité, même en étant la génération suivante, l'écho de la catastrophe peut fermer la porte à la fragilité.

Comment ne pas comprendre tout cela ? Comment ne pas être touché par de telles forces de vie et de tels trajets ?

Malheureusement, quand les vécus traumatiques sont radicalement passés sous silence et que toute émotion est arrêtée par le bouclier en vigueur dans l'urgence de l'instantané, certaines larmes coulent à l'intérieur. Dans de telles configurations, il n'est pas rare alors que le silence résonne de tout ce qui ne se dit jamais et devienne une angoisse diffuse pour les enfants et les adolescents qui risquent de s'identifier aux chagrins verrouillés de leurs parents ou à la coupure qu'ils entretiennent avec leur histoire. Face à des adultes soi-disant sans failles, à l'apparence purement solaire, certains enfants se sentent alors étrangement tristes, sans savoir pourquoi. Certains témoignent d'une division en eux, entre la joie manifeste et les soucis emmurés en profondeur.

Quitter le traumatisme, sans refuser toute fragilité

Rêvons au contraire que ce qui a d'abord permis de soutenir un élan de vie salvateur pour celui qui s'en sort puisse, une fois les fondations constituées, l'aider à accueillir un équilibre en sortant de l'ombre des traumatismes.

Quand nous avons pu bâtir quelque chose permettant une certaine solidité, prenons confiance dans la possibilité de construire un récit structurant, dans une

temporalité délicate, étape par étape, pour parler sans sidérer en fonction de l'âge des enfants. Bien sûr, il ne s'agit pas de tout leur dire. Ils ne demandent pas à être nos confidents et ont le droit de ne pas être envahis par toutes les brutalités du monde. Préserver leur légèreté et leur joie est un cadeau, mais la nuance est judicieuse pour qui veut éviter d'être complètement coupé de son intériorité et de son histoire.

Cherchons des mots pour dire aux enfants qui grandissent un peu du nécessaire et refaire une place à une fragilité qui ne terrorise pas. Comment leur transmettre que les moments de vulnérabilité peuvent faire naître des choix primordiaux ? Comment leur transmettre ce qui nous a permis de tenir ? Comment parler un jour du choix que nous avons fait pour nous et eux ? Sans plonger les enfants dans l'effractant de l'événement, dans la haine ou la détresse, comment trouver, face aux vécus douloureux, à dire quelque chose pour que les enfants puissent se construire en évitant l'écueil du mutisme lissé du tabou ?

Des paroles structurantes, sur lesquelles chacun peut s'appuyer pour comprendre ce qu'il perçoit sans le savoir, sont donc nécessaires pour que l'enjeu ne vienne pas se loger en eux, faute d'avoir été élaboré au fils des âges.

Penser cela au calme, seul, avec un partenaire, certains amis avisés ou avec un clinicien pour se tenir à nos côtés le temps de trouver les mots est précieux, non seulement pour les jeunes destinataires de ces transmissions, mais aussi pour les adultes qui cheminent.

Parfois, il se peut que cette sortie du silence ne soit pas encore possible pour celui qui a tant donné pour se tenir éloigné du traumatisme, mais d'autres adultes peuvent alors venir en soutien de la famille. Quand les parents ne peuvent transmettre quelque chose de leur fragilité par le langage, ou quand ils n'ont pu au contraire faire entendre quelque chose de leurs forces, de la puissance réparatrice du temps, des échanges, de l'amitié, un enfant aura peut-être la chance de rencontrer un interlocuteur, proche ou professionnel, pouvant l'aider à apprivoiser tout cela. Peut-être lui parlera-t-il simplement de son expérience ? D'un moment vertigineux dont il s'est remis ? D'un instant de vulnérabilité dont il a tiré quelque chose ? D'une renaissance après une période douloureuse ? De la vie reprenant ses droits après la perte d'un intime ? De la façon dont quelque chose de vivant peut rester de ceux qui partent, pour toujours, en nous…

Ainsi, sur la question de la fragilité, comme sur bien des enjeux centraux, l'aventure est collective, et nous avons tous, par instants, besoin les uns des autres.

Pour conclure

Nous l'aurons compris, refuser de reconnaître la part vulnérable du vivant entretient deux risques majeurs, celui de l'absence d'empathie envers soi-même et envers d'autres, au risque de le payer très cher. Au contraire, apprivoiser ce qui se joue en nous et apaiser certaines de nos peurs permet de soutenir de lumineuses puissances de vie en acceptant d'entendre quelque chose de la fragilité, de dialoguer avec elle, d'en prendre soin, de la border parfois, de faire place au mouvement, au vivant, d'ouvrir ensuite sur de nouveaux équilibres et d'apprendre à soutenir nos besoins.

J'ajouterai que, non contente de nous donner des raisons d'aimer, puisque nous ne sommes ni tout-puissants ni autosuffisants, la fragilité nous offre encore bien plus. Car c'est la vie elle-même qui lui est tributaire en vérité. Si les humains étaient immortels, combien de générations auraient eu la place d'exister sur la Terre ? Une ou deux peut-être ? N'aurions-nous pas eu peu de chance d'en faire partie ? Par ailleurs, quel enfant aurait pu naître sans certains instants de déséquilibre dans le parcours de ses parents ?

Dans notre corps même, la vie n'est d'ailleurs possible que de cette alternance entre l'apparition cellulaire permanente et la place faite en nous par des cellules s'éteignant.

La fragilité, comme fille de la nuance, du mouvement, de la métamorphose, du besoin relationnel, nous offre donc d'être un, parmi d'autres, et ainsi d'être.

Elle nous offre le temps, car c'est dans une temporalité bordée par la naissance et la mort que nous avons l'occasion inouïe d'exister pour que du sens irrigue nos trajets, avant de laisser, nous aussi, la place à d'autres.

J'ajouterai enfin, et j'aurai pu commencer ainsi ce livre, tant cela est précieux à mes yeux, que la fragilité, quand elle n'est pas attaquée, nous offre l'humour comme un cadeau délicieux. Tous les artistes le savent et les enfants aussi, dont les rires jaillissent quand le déséquilibre, le fragile et l'inattendu apparaissent, lorsqu'une pensée, un corps, un visage ou un mot échappent pour une surprise, une glissade, grimace ou un lapsus… Et quel plus grand bonheur que l'ouverture du fou rire auquel nous ne pouvons rien ?

Sans fragilité, il n'y a pas de vrai rire. Celui qui rend léger.

« Heureux soient les fêlés, car ils laisseront passer la lumière », écrit Michel Audiard.

Bibliographie

- Bion W., *Réflexion faite*, PUF, 1983.
- Camus A., *Le Premier Homme*, Gallimard, 1994, p. 66.
- Camus A., Guilloux L., *Correspondance 1945-1959*, Gallimard, Folio, 2019.
- Delanoë D., *Les châtiments corporels de l'enfant. Une forme élémentaire de la violence*, Érès, 2017.
- Malandrin M. H., *Une psychanalyste dans la cité : l'aventure de la Maison Verte*, Gallimard, 2009.
- Miller A., *C'est pour ton bien*, Flammarion, 2015.
- Haffner S., *Histoire d'un Allemand*, Actes Sud, 2004.
- Proust J., www.cite-sciences.fr/fr/ressources/expositions-passees/fragile/la-fragilite-vue-par/joelle-proust-philosophe.
- Salmona M., « L'impact psycho-traumatique des violences sur les enfants : la mémoire traumatique à l'œuvre », Colloque médical du SNAMSPEN, Paris, 2017.
- Winnicott D., *Processus de maturation chez l'enfant : développement affectif et environnement,* Payot, 1980.

Documents audiovisuels

- Ameisen J.-C., « Sur les épaules de Darwin », *Le lien qui nous rattache aux autres*, émission France Inter du 11 septembre 2021 [podcast].
- Dolto F., *Lorsque l'enfant paraît,* Intégrale de l'anthologie radiophonique, 1976-1977, Édition du Centenaire, Ina et France Inter, 2008.

Avec les enfants

- Desbordes A., Martin P., *Mon amour*, Albin Michel, 2015.
- Ross A. J., *De l'autre côté*, Amaterra, 2024.

Pour approfondir le sujet

- · La fragilité, un ingrédient fondateur de notre condition humaine, avec Léa Didier
- · La fragilité, source de faiblesse ou terreau de la vie ?, avec Laurent Denizeau
- · La vulnérabilité, un ingrédient inhérent à notre condition humaine, avec Laurent Denizeau
- · Diagnostic prénatal de handicap : comment accompagner les parents, avec Drina Candilis
- · En tant que professionnel, quelle attention particulière porter à la vulnérabilité de l'autre ?, avec Laurent Denizeau
- · Comment concilier les temporalités de l'enfant et des parents en cas de vulnérabilité parentale ?, avec Michel Dugnat
- · Accompagnement des parents en contexte de vulnérabilités psycho-sociales, quelle attention particulière de la part du professionnel, avec Justine Gaugue
- · Jouer: Apprendre de ses erreurs, avec Sophie Marinopoulos
- · La diversité des adultes autour du bébé construit son sentiment de sécurité, avec Rana Esseily
- · …

- · De nos vulnérabilités. Habiter le monde en ces temps d'incertitude, Laurent Denizeau
- · …

- · Face à l'incertitude du monde, comment penser la vulnérabilité et la fragilité de notre condition humaine ?, avec Laurent Denizeau
- · …

sur yapaka.be

Les webinaires de yapaka

- **Un jeudi par mois de 13h à 14h**
- **Gratuit sur inscription**
- **À rejoindre seul ou en équipe**
- **En direct et en replay**

Prochain webinaire,
le 17 septembre 2026 à 13h

Retrouvons nous avec **Léa Didier**, psychologue, pour approfondir son livre « *Apprivoiser la fragilité* »



Retrouvez le webinaire avec **Delphine Pennewaert**, « *Souffrance au travail : retrouver du souffle dans nos métiers de l'aide et de l'éducation* »

L'ensemble des webinaires en ligne
yapaka.be/podcasts-audio

Restez informés du calendrier des prochains webinaires via une inscription à la lettre de yapaka : **yapaka.be/newsletter**

Temps d'Arrêt / Lectures

Dernier parus

96. Coopérer autour des écrans. Pascal Minotte

97. Les jeunes, la sexualité et la violence. Véronique Le Goaziou*

98. Evolution du traitement des ruptures familiales. Benoit Bastard

99. L'attachement, un lien revisité à l'adolescence. Lauriane Vulliez-Coady, Frédéric Atger et Claire Lamas

100. Prévenir la maltraitance. Vincent Magos

101. Du déclin au réveil de l'intérêt général. Dany-Robert Dufour

102. La parentalité aujourd'hui fragilisée. Gérard Neyrand*

103. L'attention à l'autre. Denis Mellier*

104. Jeunes et radicalisations. David Le Breton

105. Le harcèlement virtuel. Angélique Gozlan

106. Le deuil prénatal. Marie-José Soubieux, Jessica Shulz

107. Prévenir la négligence. Claire Meersseman

108. A l'adolescence, s'engager pour exister. Marie Rose Moro

109. Le secret professionnel, fondement de la relation d'aide et d'écoute. Claire Meersseman, André Donnet, Françoise Dubois, Cécile Guilbau*

110. La portée du langage. Véronique Rey, Christina Romain, Sonia DeMartino, Jean-Louis Deveze*

111. Etre porté pour grandir. Pierre Delion*

112. Le travail social animé par la « volonté artistique ». David Puaud

113. Quand la violence se joue au féminin. Véronique Le Goaziou

114. Résister à l'algocratie - Rester humain dans nos métiers et dans nos vies. Vincent Magos

115. Mères et bébés en errance migratoire. Christine Davoudian

116. Faire famille au temps du confinement et en sortir… Daniel Coum

117. Challenges numériques sur les réseaux sociaux. Marion Haza, Thomas Rohmer

118. La découverte sensorielle et émotionnelle du bébé. Ayala Borghini

119. Rire… et grandir. David Le Breton

120. Adolescence en temps de Covid-19 entre crise-passions et crispations. Aurore Mairy*

121. Ensauvagement du monde, violence des jeunes. Danièle Epstein

122. Accueillir la vie en temps de pandémie. Pascale Gustin

123. L'entrée dans le langage. Jean-Claude Quentel

124. Naître et grandir. Jacques Gélis

125. La parentalité désorientée Mal du XXIe siècle ? Ludovic Gadeau

126. Puissance de l'imaginaire à l'adolescence. Ivan Darrault-Harris

127. Quand la parole déconfine, Pascal Kayaert

128. Covid-19 : l'impact sur la santé mentale des jeunes. Sophie Maes*

129. Le monde de l'enfance après un an de crise sanitaire. Pierre Delion

130. Comme une tombe. Le silence de l'inceste. Anne-Françoise Dahin

131. Maltraitance institutionnelle en temps de crise. Emmanuel de Becker

132. L'adolescence à l'ère du virtuel. Xanthie Vlachopoulou

133. Accompagner le parent porteur de handicap. Drina Candilis-Huisman

134. Penser l'incestuel, la confusion des places. Dominique Klopfert*

135. Quand l'écran fait écran à la relation parent-enfant. Olivier Duris

136. Le dehors, un terreau fertile pour grandir. Marie Masson*

137. Accueillir les enfants migrants et leurs parents. Marie Rose Moro

138. La parentalité positive à l'épreuve de la vraie vie. Ludovic Gadeau

139. Enfants connectés, parents déboussolés. Marion Haza-Pery, Thomas Rohmer

140. Repenser la place des pères. Christine Castelain Meunier

141. Faire récit pour attraper le fil des générations. Émilie Moget

142. De nos vulnérabilités. Habiter le monde en ces temps d'incertitude. Laurent Denizeau

143. L'inceste n'est pas qu'un crime sexuel. Jean Luc Viaux

144. Les adolescents à l'image des bouleversements du monde. Sophie Maes.

145. Corps, gestes et paroles pour entrer dans la langue. Véronique Rey, Christina Romain

146. La réunion d'équipe, un rituel porteur. Claire Meersseman*

147. S'ajuster à l'enfant sensible au monde. Ayala Borghini*

148. Vide contemporain et adolescence. Michèle Benhaim

149. L'énigme des grossesses à l'adolescence. Cindy Mottrie

150. Prendre soin des lieux d'accueil de la petite enfance. Michel Vandenbroeck

151. Le corps, miroir de soi de l'adolescence. David Le Breton*

152. Le diagnostic, un processus collectif autour de l'enfant. Christine Dom*

153. Faire alliance avec les parents en situation de maltraitance. Serge Escots*

154. L'enfant, de sujet de soin à objet parental. Emmanuel de Becker

155. La résonance au cœur de la relation d'aide. David Puaud

156. Enfance maltraitée, les apports des neurosciences. Catherine Belzung

157. À l'écoute de l'enfance dans un monde incertain. Christine Desmarez

158. Maltraitances et haine parentale, soigner l'enfant dans le parent, Jean Luc Viaux

159. Retrouver du souffle dans nos métiers, Delphine Pennewaert

* Ouvrage épuisé.

Découvrez toute la collection Temps d'Arrêt et retrouvez nos auteurs sur yapaka.be pour des entretiens vidéo, conférences en ligne, …

Les livres de yapaka

En Belgique uniquement

disponibles gratuitement au 02/413 3000 ou infos@cfwb.be

POUR LES PARENTS D'ENFANTS DE 0 À 2 ANS

POUR LES PARENTS D'ENFANTS

POUR LES PARENTS D'ENFANTS

POUR LES PARENTS D'ADOS

POUR LES ENFANTS

POUR LES ADOS DE 12 À 15 ANS