



# La violence au quotidien

Dr Béatrice Khater-Menassa

Mars 2012

---

La violence est ancrée dans le désir et dans la formation normale de la personnalité



Sigmund Freud

Essais de psychanalyse, Paris, 1963



# **MYTHES sur la VIOLENCE**




# **FAUX**

**Les enfants violents  
proviennent de foyers à  
problèmes**

**FAUX**

**Si on ignore la violence à l'école, elle disparaîtra avec le temps**



# **FAUX**

**La violence scolaire ne touche  
que les enfants de milieu  
socio-économique bas**

- Inquiétude face aux comportements violents
- Nécessité de comprendre
- Comportement violent chez les enfants < 3 ans
- Espoir “il grandira”.
- Prendre au sérieux .

Ce n'est pas “une phase qu'il traverse”



# Eventail du comportement violent

---

- Colère explosive
- Aggression physique,
- Lutte
- Menace ou tentative de blesser autrui
- Usage d'armes
- Cruauté envers animaux
- Incendie
- Vandalisme ou destruction intentionnelle de matériel.





# Facteurs augmentant le risque d'un comportement violent

- Comportement agressif ou violent dans le passé
- Etre victime d'abus physiques et/ou sexuel
- Etre exposé à violence à domicile ou communauté
- Facteurs génétiques (hérédité familiale)
- Exposition à violence dans média (TV, films, etc.)
- Usage de drogues et/ou alcool
- Présence d'armes à feu au domicile
- Facteurs familiaux stressants (pauvreté, rupture, famille monoparentale, chômage...)
- Atteinte cérébrale suite à trauma crânien





# Signes d'alarmes

---

- Enfants ayant plusieurs FDR et ayant les comportements suivants devraient être évalués:
  - Colères fréquentes
  - Rage intense
  - Irritabilité extrême
  - Impulsivité extrême
  - Frustration facile

**Parents et professeurs ne devraient pas minimiser ces comportements chez les enfants**

# Que faire?

- Si adulte ou parent inquiet , prévoir une évaluation comprehensive par professionnel de la santé mentale
- Traitement précoce souvent utile
- Buts:
  - Apprendre comment contrôler sa colère
  - Exprimer colère et frustrations d'une manière appropriée
  - Devenir responsable de ses actes
  - Accepter conséquences.



■ Gérer aussi:

■ Conflits familiaux

■ Problèmes scolaires

■ Problèmes communautaires

# Que faire pour prévenir la violence chez les enfants?

---

- Etudes ont démontré une diminution des comportements violents en diminuant ou éliminant les FDR.
- Diminution de l'exposition à la violence : domicile, communauté, médias

*La violence entraîne la violence*

# Stratégies efficaces:

---

- Prévention des abus (programmes pour parents training, support familial ...)
- Education sexuelle pour ado et parents
- Programmes d'intervention précoces pour jeunes violents
- Contrôler le visionnage de violence:TV, films, jeux...



# **Influence des pairs**



# Facteurs qui agissent à l'adolescence:

---

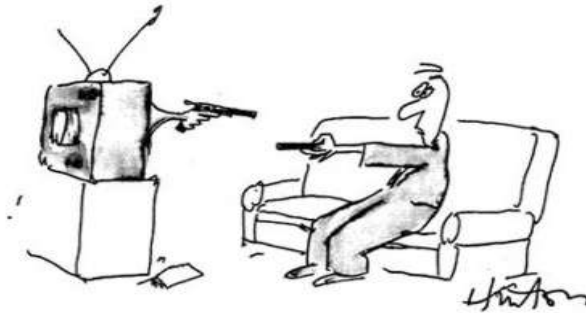
- Changements physiques et émotionnels, indépendance des parents
- Identification avec le groupe de pairs  
>>>parfois violence
- Développement cérébral (pre-frontal) entraîne impulsions pouvant mener à la violence
- Distorsion du système risque/récompense

# Comment arrêter la violence des ados?

---

- Lui faire sentir qu'il contrôle son destin
- Avoir un atout (un talent) les revalorise
- Présence d'un adulte qui écoute et rassure
- Avoir une vision optimiste
- Encourager l'altruisme (travail social)

# Impact de la TV



- Temps de TV/ jour: 4 heures.
- Influence puissante sur développement du système de valeurs et modelage des comportements.
- Malheureusement, programmation TV est violente.



- 
- Centaines d'études sur effet de violence TV sur enfants ado ont trouvé que l'enfant peut:
    - \*Devenir "immunisé" ou insensible à l'horreur de la violence
    - \*Accepter progressivement la violence pour résoudre les problèmes
    - \*Imiter la violence visionnée à la TV
    - \*S'identifier avec certains personnages: victimes / bourreau

- 
- Agressivité proportionnelle à l'étendue de visionnage de violence à la TV
  - Parfois, un seul programme violent augmente l'agressivité.
  - Enfants qui voient des films où la violence semble réelle, répétée et non-punie, sont plus portés à imiter ce qu'ils ont vu
  - Les enfants avec problèmes émotionnels, comportementaux, de l'apprentissage ou du contrôle des impulsions sont plus facilement influencés.
  - L'impact peut être évident immédiatement dans le comportement de l'enfant ou faire surface des années plus tard. Et affecter même si le milieu familial n'est pas violent.

# Message véhiculé par violence à la TV

- C'est acceptable, même rigolo
- Les conséquences sont banalisées
- La fin justifie les moyens:le héros gagne après avoir tué la moitié de la ville!
- C'est celui qui tue le plus qui gagne



# Comment protéger mon enfant de la violence à la TV?

- Surveiller ce qu'ils voient et voir avec eux
- Limiter le temps : pas de TV ds chambre à coucher
- Relever que même si l'acteur n'est pas **vraiment** blessé, cette violence ds la vie réelle cause douleur et mort
- Refuser de les laisser voir des programmes violents, éteindre si contenu violent "en expliquant"
- Désapprouver la violence devant les enfants, insister sur les autres moyens de résoudre les problèmes
- Pour éviter la pression des pairs, contacter les autres parents pour avoir des "règles" similaires





# LES INFOS

---

- Via journal, TV, radio, revues ou Internet
- Désastres naturels, catastrophes, guerres et crimes ....vus ou entendus
- Peut provoquer de l'angoisse et des peurs chez les enfants



# Changement de transmission des nouvelles

---

- Nouvelles retransmises 24h par jour (TV, internet)
- Retransmission LIVE des événements
- Reportages sur détails de la vie privée des figures publiques
- Couverture détaillée et répétitive des désastres naturels ou des violences

# Pour minimiser l'impact négatif des nouvelles:

- Limiter le temps de visionnage des nouvelles
- Prévoir du temps et du calme pour discuter si vous anticipez des nouvelles qui peuvent le troubler
- Voir les nouvelles **avec** l'enfant
- Demander à l'enfant ce qu'il a entendu et s'il a des questions
- Rassurer quant à sa propre sécurité en disant que vous serez là pour le protéger
- Rechercher des signes de peurs ou d'angoisses: insomnie, pleurs, parler de peurs, pipi au lit....







# Jeux vidéo

---

- **Relation entre jeux vidéo violents et comportement?**

**Association avec agressivité, en pensée et en action: diminution du comportement pro-social (aide)**



---

- **Jeux vidéos violents et agressions sérieuses?**

**Lien avec délinquance, disputes à l'école, et comportements violents criminels (vols...)**



- 
- **Les jeux vidéo violents affectent uniquement une proportion minime des joueurs ?**
  - **Théoriquement, personnes plus susceptibles.**
  - **Personnes plus agressives plus touchées (mais pas de résultats consistants)**
  - **Même les non-agressifs sont affectés par exposition brève**



- **Jeux vidéo irréalistes sont surs pour ado?**
- **Fausse perception de sécurité si irréel**
- **Augmentation consistante de l'agressivité après jeux violents**



# Questions sans réponses:

---

- Choix du jeu?
- Réalisme, nombre de cadavres?
- Impact de la TV v/s jeux vidéos?



# **Influence de la musique**

- Monde des “ado”
- Paroles préoccupantes:
  - Drogues et alcool  
“glamourisés”
  - Suicide comme  
"alternative" ou "solution"
  - Violence graphique
  - Sexe : sadisme,  
masochisme, violence  
envers les femmes



- 
- Aider à identifier musique destructrice
  - Discussion sans critique
  - Pas de danger pour ado équilibré
  
  - S'inquiéter si:
    - Obsédé par thèmes destructeurs
    - Changements de comportement: s'isole, semble déprimé ....



# **BULLYING**

- Intimider ou maltraiter quelqu'un de plus faible ou ds situation de vulnérabilité
- 50% des enfants durant leur vie
- Physique (garçons) ou verbale (filles)
- Victimes: souffrance, impact, parx suicide



## AGRESSEUR

- Besoin de dominer,
- Victime eux-mêmes,
- Déprimé

## VICTIME

- Passif,
- Solitaire
- Intimidable





# Si votre enfant est victime:

---

- Demander de vous raconter
- Attitude positive: ce n'est pas de sa faute, il a bien fait de raconter
- Demander ce qu'il pense devrait être fait
- Demander l'aide des profs/responsables.... (programmes de gestion de la colère, auto-estime...)
- N'encouragez pas la riposte plutôt s'éloigner, demander de l'aide.
- Entraînez l'enfant à préparer sa réponse.
- Aidez l'enfant à être "assertif": "laisse-moi tranquille" peut parfois suffire .
- Encouragez l'enfant à être accompagné lors de ses déplacements



# Techniques de contrôle de la colère





La meilleure stratégie pour apprendre à un enfant à contrôler sa rage....

c'est d'être soi-même un modèle pour lui



Une technique exquise pour  
controler la colère

L'amour  
inconditionnel



# Mini-Test

---

- Dernière fois ou vous avez été en colère?
- Comment avez-vous réagi?
- En êtes-vous satisfait?
- Comment auriez-vous aimé réagir?

# 3 composantes de la colère

---

- Etat émotionnel : état d'éveil quand frustré dans ses objectifs
- Expression de la colère: influence familiale, des médias et des lectures (Honig & Wittmer, 1992)
- Compréhension: permet de régler l'expression des émotions; besoin d'adultes pour comprendre et gérer la colère

# Aider à exprimer la colère

---

- Créer un climat émotionnel sûr
- Etre un modèle de rôle
- Encourager à étiqueter les émotions
- Encourager à parler des situations qui provoquent la colère

- Meilleure technique: être un modèle de rôle
- A instaurer avant l'adolescence
  
- Les enfants apprennent autant sur eux-mêmes que sur le monde qui les entoure.
- Colère est une émotion normale, saine qui a besoin d'être exprimée adéquatement (comme l'amour, la joie, la tristesse)
- La gestion de la colère identique chez enfants et adultes





# Contrôle de la colère:

---

- Aider l'enfant à se calmer et de se refocaliser sur: inspiration profonde et compter jusqu'à 10. Si toujours en colère, compter de nouveau.
- Proposer des alternatives à la colère:
  - Si devoir difficile...demander de l'aide
  - Câlin à donner ou à recevoir si en colère .
- Parfois l'enfant ne trouve pas les mots pour exprimer sa colère: lui proposer de la dessiner! (ou d'en dessiner la cause)
- Epuiser sa colère physiquement:
  - bataille de coussins
  - les faire marcher ou courir
- Récompenser par de l'attention de votre part une fois la colère passée

- 
- Dire à l'enfant que TOUT LE MONDE (même vous) peut être en colère
  - Etre un bon modèle de rôle: vous êtes aussi en colère
  - Raconter comment vous avez pu résoudre un problème en utilisant la technique de Gestion de la Colère

- 
- Nothing good ever comes of violence.

[Martin Luther](#)

- I object to violence because when it appears to do good, the good is only temporary; the evil it does is permanent.

[Mahatma Gandhi](#)