

# La pratique de la relation d'aide dans le contexte de l'encadrement des jeunes

David Shutes

[version 1.0, juin 2021]

Ce texte n'essaie pas du tout d'aborder l'ensemble du sujet. Il est très fortement recommandé de se familiariser aussi avec « **Introduction à la relation d'aide** » du même auteur qui est le document de base sur le sujet. Ce texte-ci complète les informations d'ordre générale dans le document de base en faisant l'application au contexte spécifique de l'encadrement des enfants et adolescents. Mais les jeunes étant avant tout des êtres humains, il est indispensable de connaître aussi le fonctionnement générale de l'être humain, ce qui est le sujet de « Introduction à la relation d'aide ». « **Théologie de la relation d'aide** » peut être utile aussi, puisqu'il contient plus d'images et de schémas, même s'il n'y a pas autant de détails que dans le grand document de base.

Il sera question parfois dans ce qui suit d'autres documents aussi qui approfondissent l'un ou l'autre aspect du sujet. Comme celui-ci, tous les documents en question sont en distribution libre (notons toutefois que les droits d'auteur appartiennent toujours à l'auteur). S'ils ne sont pas disponibles ailleurs, il peuvent se procurer gratuitement auprès de l'auteur. Certains peuvent être téléchargés sur [www.davidshutes.fr](http://www.davidshutes.fr). S'ils n'y sont pas, il est possible de les demander directement en utilisant le formulaire « contact » du site. Merci de ne pas contacter l'auteur pour solliciter une aide financière.

## Introduction : un jeune est un être humain, avec tout ce que cela implique

- [Rappel du mal-être générale de l'homme](#)
- [Documents supplémentaires à consulter](#)

## Première partie : comprendre la situation

- [Les niveaux de problèmes et l'encadrement des jeunes](#)
  - [Rappel des 4 niveaux](#)
  - [Quelques principes utiles](#)
- [Le fonctionnement particulier de l'enfant : le « petit monde »](#)
  - [Ce document ne traite pas des enfants de moins de 6 ans](#)
  - [Le premier problème de l'enfant : l'insécurité](#)
  - [Le « petit monde » de l'enfant](#)
  - [Le « petit monde » de l'enfant est déstabilisé actuellement](#)
  - [Un encadrement des enfants qui tient compte de ces principes](#)
- [Le fonctionnement particulier de l'adolescent : le « petit monde » s'ouvre](#)
  - [Les avantages dans l'adolescence](#)
  - [Les facteurs déstabilisants inhérents à l'adolescence](#)
  - [Les facteurs déstabilisants propres à notre société](#)
  - [L'infériorité prend le dessus](#)
  - [L'importance et les frustrations de la sexualité](#)
  - [Un encadrement des adolescents qui tient compte de ces principes](#)
- [Les difficultés dans l'approche des jeunes](#)
  - [Le plus important : gagner la confiance](#)
  - [Connaître les signes de risque](#)
  - [Tous n'en parlent pas ; il faut aller vers eux](#)
  - [Même les plus forts sont faibles](#)

## **Deuxième partie : apporter de l'aide**

### ● **Les domaines d'intervention**

- La règle d'or : les personnes sont plus importantes que les activités
- On ne peut pas changer le passé (les problèmes)
- La compassion
- L'écoute
- Les conseils
- Faire intervenir directement quelqu'un
- On ne peut pas tout régler

### ● **Gérer les abus**

- Il y a diverses formes d'abus : physique, sexuel, émotionnel, verbal...
- Compassion, écoute, conseils
- Les limites du pardon
- Le 119 et les associations d'aide aux victimes

### ● **Gérer les dépendances**

- Il y a divers types de dépendances : tabac, alcool, drogue, pornographie, internet...
- Peu de dépendances parmi les enfants, mais de plus en plus dans l'adolescence
- Qu'est-ce qu'une dépendance ?
- Nier les dépendances
- Compassion, écoute, conseils
- L'origine des dépendances : insatisfaction-solitude, infériorité-culpabilité, ou insécurité
- Conseiller, oui, et aussi encourager à se faire aider

### ● **Gérer l'identité sexuelle**

- L'évolution de la pensée dans la société moderne
- Comportements innés, volontaires et conditionnés
- Compassion, écoute, conseils
- Liberté de choix dans une république laïque et limites de liberté de comportement

### ● **Gérer la dépression et les tendances suicidaires**

- Qu'est-ce que la dépression ?
- Compassion, écoute, conseils
- Véritable tendance suicidaire ou cri d'alarme — deux approches différentes
- Compassion, écoute, conseils
- Les aides extérieures : églises, associations...

### ● **Une nouvelle orientation spirituelle**

- Annonce de l'Évangile et liberté de choix
- L'Évangile n'est pas un remède immédiat à tout
- La véritable nature de l'Évangile
- Au cœur du combat spirituel

### ● **Quand il faut alerter d'autres**

- Le plus souvent, le jeune ne voudra pas qu'on en parle
- Inciter le jeune à en parler
- Quand il faut alerter
- Qui alerter

### ● **Quelques consignes pratiques sur la relation d'aide**

- Le contexte
- La fréquence
- Garder des traces

## Introduction : un jeune est un être humain, avec tout ce que cela implique

Tout le monde est mal dans sa peau. Cela inclut donc les jeunes, qu'ils soient enfants ou adolescents. Chez beaucoup, ce mal-être ne se manifeste pas de manière particulièrement troublante, mais il est toujours là. Cela inclut, entre autres, les considérations suivantes :

- 1) Le péché, à la base, implique quatre aspects de la rupture entre l'homme et Dieu : la perte de confiance dans la bonté de Dieu, la perte de la dépendance de Dieu, la perte de l'obéissance à Dieu, et la perte de la relation personnelle avec Dieu.
- 2) Le péché entraîne de nombreux dysfonctionnements dans le bien-être psychologique et dans le comportement de l'être humain.
- 3) Parmi ces dysfonctionnements, il y a notamment, dans la structure psychologique de l'être humain, des problèmes d'infériorité (valeur personnelle), de culpabilité, d'insécurité, d'insatisfaction et de solitude.
- 4) Face aux troubles rencontrés dans la vie, il est extrêmement facile de mal les gérer avec comme résultat de provoquer encore plus de problèmes (des « sur-problèmes ») qu'avant. Ces réactions sont censées être des « mécanismes de défense » mais ils font plus de mal que de bien. Entre autres, on trouve le mensonge, la colère, l'isolement, les dépendances, l'homosexualité et même le suicide.

Plusieurs documents du même auteur abordent certains de ces sujets en plus de détails. En plus du texte de base (« **Introduction à la relation d'aide** ») et son complément plus « graphique » (« **Théologie de la relation d'aide** ») qui comporte nettement moins de détails mais plus de schémas, les documents suivants peuvent être consultés avantageusement pour comprendre ces enjeux :

- « **L'homme, le péché et la pensée de Dieu** », notamment la première partie (environ un-tiers de l'ensemble) sur la nature de l'homme et sur Genèse chapitre 3.
- « **Le péché dans Genèse 3** » qui résume plus brièvement le sujet.
- « **4 dimensions de la sainteté** », surtout la première partie sur le péché.
- « **problèmes et sur-problèmes** ».
- « **Le cercle vicieux de l'agression** » pour voir comment ce fonctionnement provoque des difficultés relationnelles.

## Première partie : comprendre la situation

### Les niveaux de problèmes et l'encadrement des jeunes

On se rappelle les 4 niveaux de problèmes (voir « **Introduction à la relation d'aide** » et « **Quatre niveaux de problèmes** » pour plus de détails) :

- 1) Ce qui est considéré comme « normal » mais qui est tout de même entaché par le péché.
- 2) Les gens « difficiles » qui posent problème ou qui sont mal dans leur peau par rapport aux « niveaux 1 ».
- 3) Les gens avec un problème précis bien marqué qui demande une intervention particulière.
- 4) Les gens dérangés au point qu'ils ont besoin d'un suivi plus ou moins constant par des gens spécialement formés.

Trois principes à garder en tête dans l'encadrement des enfants et adolescents, par rapport à ces niveaux de problème :

- Il n'y aura pour ainsi dire jamais des « niveaux 4 ». Leur besoin de suivi fait qu'ils ne peuvent pas s'incorporer dans des contextes ordinaires d'encadrement. Même les « niveaux

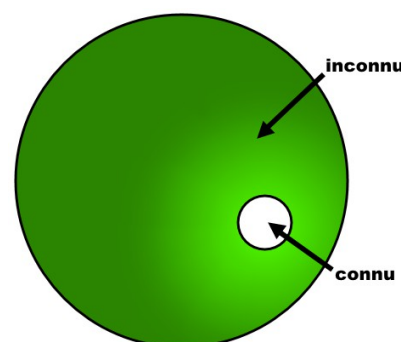
3 » seront très rares. Cela veut dire qu'on aura à encadrer surtout des « niveaux 1 » (une solide majorité) et des « niveau 2 » (une minorité non-négligeable, de l'ordre de 10 à 25 % selon les cas).

- L'erreur la plus courante consiste à se focaliser sur les « niveaux 2 », mais les « niveaux 1 » ont des besoins aussi.
- La « relation d'aide » le plus efficace s'opère justement au niveau 1. Il s'agit de la prévention plutôt que de la résolution de problèmes, ce qui est très bien. Ce sont ceux qui sont les plus aptes à comprendre et intégrer les bons principes et le bon exemple qu'on peut leur fournir. L'ayant intégré, cela peut les aider plus tard, en temps de crise (tout le monde en a parfois) de ne pas basculer dans le « niveau 2 », voire plus loin.

Il s'ensuit que, dans un sens, ***tout encadrement de la jeunesse est une sorte de relation d'aide***. Il ne s'agit pas simplement de faire faire des activités, mais d'éduquer la jeunesse, par les activités mais aussi — voire surtout — par l'exemple. Cela peut résoudre certains problèmes, mais surtout cela peut éviter le développement de certains problèmes, ce qui est beaucoup plus facile et efficace que d'essayer de les résoudre par la suite.

### **Le fonctionnement particulier de l'enfant : le « petit monde »**

- 1) Il ne sera pas question ici du fonctionnement des tout-petits (en dessous de 6 ans), car ce n'est pas le contexte, normalement, de l'encadrement de la jeunesse.
- 2) **Le premier des 5 grands déséquilibres psychologiques à se manifester chez l'enfant est l'insécurité.**
  - L'insécurité est présente chez l'enfant presque depuis la naissance (ou très peu après).
  - Les 4 autres dysfonctionnements psychologiques de l'être humain vont apparaître progressivement dans l'enfance mais jusqu'à l'âge d'environ 11 ou 12 ans, l'insécurité reste le plus grand problème.
  - Il est donc essentiel de ne pas mettre en cause la sécurité physique ou psychologique de l'enfant, y compris dans les sanctions. Si l'enfant sent qu'on « ne l'aime plus » ou s'il est « exclu » parce qu'il a « fait des bêtises », le résultat à plus long-terme sera largement contre-productif.
  - Il est important de savoir cadrer l'enfant, y compris l'enfant à problème, sans jamais lui donner l'impression qu'on n'est pas là pour lui, ou qu'il est moins important que les autres.
  - Quand un enfant se sent mal-aimé ou exclu, cela se traduit forcément dans sa tête comme un risque qu'on ne s'occupera plus de lui, ou plus autant, ce qui va donc provoquer ce problème d'insécurité.
  - Notons en particulier que la colère a pour but explicite de faire peur et obliger l'autre à se conformer à nos souhaits. De par sa nature, donc, la colère provoque forcément le problème de l'insécurité. Il est important à tout âge de l'éviter (y compris chez les adultes), mais encore plus avec l'enfant. Peu de choses déstabilisent plus l'enfant que ceux qui sont censé être ses « protecteurs » qui se mettent en colère avec lui.
- 3) **Le « petit monde » de l'enfant :**
  - L'enfant sait qu'il ne maîtrise pas le monde et cela lui semble normal.
  - De ce fait, il est naturel pour lui de faire confiance aux « grands » (parents en tout premier lieu).
  - L'inconnu ne le déstabilise donc pas trop, car il pense naturellement que « les grands » maîtrisent tout cela.



- L'univers pour lui n'est donc pas plus grand que ce qui est connu : le « petit monde ». C'est le cadre familial, l'école, éventuellement l'église ou un club...
  - Du coup, ce dont l'enfant a le plus besoin, c'est d'un **protecteur**.
- 4) Le « petit monde » de l'enfant est déstabilisé actuellement :**
- L'instabilité du cadre familial (disputes, violences, divorces...)
  - L'énormité du monde atteint même l'enfant actuellement par les communications modernes (télévision, cinéma, internet, réseaux sociaux...)
  - Au lieu de construire sa confiance en développant ses capacités dans un cadre qui lui est adapté, l'enfant devient de plus en plus un spectateur passif dans un monde qu'il ne maîtrise pas du tout, ce qui augmente l'insécurité.
  - L'indiscipline générale de notre société, y compris dans sa philosophie fondamentale, empêche dans la pensée de l'enfant la création d'une optique de vie sécurisante : il est censé être « libre », mais une trop grande liberté est en contradiction directe avec le « petit monde » qui lui est normal.
- 5) Un encadrement correct des enfants doit chercher à recréer, au moins provisoirement, ce « petit monde » :**
- Un cadre stable et restreint : les mêmes enfants, les mêmes encadrants, un contexte physique bien défini...
  - Des activités qui correspondent aux capacités de l'enfant.
  - Un cadre imaginaire bien défini et développé sert à marquer ce « petit monde » dans l'esprit de l'enfant d'une manière très claire. L'enfant est très à l'aise avec l'imaginaire.
  - On peut sortir du contexte physique ordinaire ponctuellement (visites à l'extérieur, jeux avec un imaginaire bien différent...) à condition que l'enfant soit encadré par les mêmes « protecteurs » dont il a l'habitude et qu'il retrouve rapidement (dans la journée, normalement) le cadre habituel.
  - Alors que les adolescents et les adultes aiment la variété, les enfants aiment ce qui est familier (qui fait donc partie de leur « petit monde »). Il ne faut pas avoir peur des habitudes de vie, qui sont très sécurisantes pour l'enfant.
  - Il est préférable de limiter les incursions dans le « petit monde » de l'enfant par des gens de l'extérieur. Chaque fois que cela se fait, c'est comme un caillou qui tombe dans l'eau : ça fait des vagues et trouble la sérénité du cadre. Une fois de temps en temps est acceptable, mais si cela se fait trop souvent, le « petit monde » n'existe presque plus.
  - Le but sera de communiquer à l'enfant des valeurs (morales, personnelles, spirituelles...) qui vont l'aider à entamer l'adolescence en faisant moins d'erreurs que s'il n'avait pas bénéficié de cette éducation.
  - Plus ce « petit monde » peut être stable dans le temps, mieux c'est pour l'enfant. Si c'est un cadre qu'on crée pour deux semaines pendant l'été, cela aidera un peu mais ne donnera pas le temps nécessaire pour faire un travail en profondeur chez l'enfant. Si c'est un cadre récurrent tout le long de l'année, c'est encore mieux. Si c'est un cadre qu'il vit pendant une bonne partie de son enfance, c'est idéal.

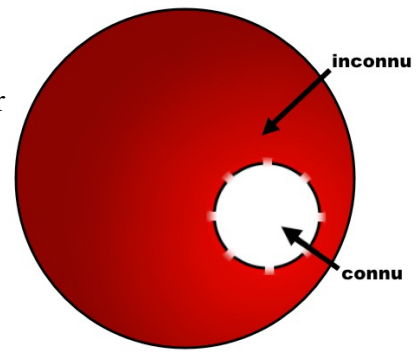
## **Le fonctionnement particulier de l'adolescent : le « petit monde » s'ouvre**

Dans l'adolescence, le « petit monde » de l'enfant devient plus grand, avec des ouvertures sur l'inconnu. C'est une phase qui a des avantages incontestables mais qui comporte en même temps beaucoup de facteurs déstabilisants pour l'adolescent.

### **1) Les avantages :**

- Devenu plus grand, plus compétent, il peut envisager de faire plus de choses.

- Ayant appris plus de choses sur le monde (à l'école, par différents moyens de communication, des gens qu'il connaît...), l'adolescent entrevoit par ces « fenêtres » sur l'inconnu que le monde est bien plus grand que ce qu'il savait, ce qui offre des possibilités pratiquement illimitées de découvertes. (C'est une des raisons pour lesquelles l'adolescent est moins porté sur l'imaginaire que l'enfant — l'adolescent sait qu'il n'y a pas que dans les histoires que des choses intéressantes peuvent se passer.)



- L'adolescent jouit d'une plus grande liberté que l'enfant, ce qui lui permet davantage de faire ce qui l'intéresse, lui, plutôt que ce que les adultes décident pour lui. (Mais cette liberté n'a pas que des avantages.)
- L'adolescent commence à avoir ses propres moyens financiers — plus limités que ceux des adultes, certes, mais plus grands que ceux qu'il avait eus en tant qu'enfant — ce qui augmente encore plus sa liberté.
- L'adolescent peut créer sa propre identité et ne plus dépendre entièrement de l'identité que lui conféraient les adultes de son « petit monde » de l'enfance.
- L'éveil de la sexualité offre des possibilités jusqu'alors inimaginables. (Mais comme la liberté, cela n'a pas que des avantages.)

## 2) Les facteurs déstabilisants inhérents à l'adolescence :

- Les « fenêtres sur l'inconnu » offrent des possibilités d'aventures, certes, mais aussi des risques. Dans un monde dangereux, l'inconnu est forcément un facteur qui comporte des risques.
- L'adolescent se croit plus compétent et plus instruit qu'il ne l'est, parce qu'il se compare à l'enfant qu'il a été, ce qui fait qu'il va connaître énormément de frustrations quand il découvre ses limites.
- S'estimant compétent, il sera moins enclin à se laisser conseiller — voire diriger — par les adultes, ce qui va créer des tensions avec eux et, en même temps, l'exposer à plus de risques de faire des erreurs.
- Avec la liberté grandissante, l'adolescent ne bénéficie plus autant de la protection des adultes, ce qui augmente l'insécurité.
- En faisant ce qui l'attire plutôt que ce que les adultes lui donnent de faire, il y a de fortes chances que toutes ses activités ne soient pas bonnes, ce qui augmente aussi le sentiment de culpabilité. Ceci sera encore plus le cas s'il est issu d'un milieu qui impose des valeurs morales assez strictes (comme les églises évangéliques ou les familles musulmanes engagées), mais même chez ceux qui n'ont eu pour ainsi dire aucune éducation morale dans l'enfance, la culpabilité augmente dans l'adolescence.
- L'éveil de la sexualité comporte aussi énormément de facteurs d'instabilité ; ce point sera développé à part, plus loin.

## 3) Les facteurs déstabilisants propres à notre société :

- Les moyens de communication moderne offrent tellement d'informations qu'il n'est pas possible de tout maîtriser. Les « fenêtres sur l'inconnu » sont trop nombreuses et trop grandes.
- Il n'y a plus de tri dans les informations mises à la disposition du public. N'importe qui peut mettre n'importe quoi sur internet mais cela ne veut pas dire que l'auteur est compétent pour autant. Du coup, les « théories de conspiration » se multiplient d'une manière extraordinaire et, à moins de se former sérieusement, on ne sait pas qui a raison. (Ceci est un problème pour tout le monde et non uniquement pour les adolescents.)
- Ce problème est aggravé par le post-modernisme, une philosophie qui a commencé dans les années 60 comme un mouvement de « tolérance » après les positions tranchées du

début du siècle. Mais l'évolution du post-modernisme a produit une situation où deux « vérités » contradictoires (ou même plus que deux) peuvent exister en même temps, sans que l'un ou l'autre soit rejetée. Du coup la « vérité » n'est plus un état objectif, mais une opinion subjective : « À chacun sa vérité ».

- Le post-modernisme s'ajoute à une philosophie de plus en plus anti-science dans notre monde moderne (l'avis de quelqu'un, même un inconnu sur internet, vaut plus que le consensus scientifique, du moment que cette personne dit ce que j'ai envie d'entendre) pour enlever, chez un grand pourcentage de la population (au moins 30%) toute crédibilité de recherches scientifiques rigoureuses. La « pseudo-science » d'une personne qui prétend tout savoir sur un sujet prend le dessus. Ce principe est encore plus marqué chez les adolescents que chez les adultes.
- Puisqu'il est possible de communiquer par internet avec tant de personnes différentes, il est toujours possible de trouver des gens qui partagent n'importe quelle idée et d'ignorer ceux qui ne sont pas d'accord. Cela donne à chacun l'impression que ses idées sont justes et acceptées largement, même si elles sont totalement marginalisées. Ceci favorise fortement la radicalisation.
- L'utilisation intensive du smartphone habitue les adolescents à devenir spectateurs plutôt qu'acteurs. Il est de plus en plus difficile de les faire faire un projet qui demande un investissement physique long.
- Cette même utilisation du smartphone habitue les adolescents à ne pas se concentrer pendant longtemps sur un seul sujet. Si quelque chose ne les intéresse pas trop, ils « surfent » très rapidement.
- Les relations personnelles deviennent omniprésentes (à tout moment, on peut être en contact avec tout le monde, par SMS ou réseaux sociaux) mais, en même temps, superficiels. Les amitiés se forment par écran interposé plutôt que par activités communes prolongées. Les adolescents — n'ayant pas encore formé des relations durables (comme le mariage) — sont déstabilisés sur le plan relationnel sans même s'en rendre compte.
- La famille a beaucoup moins d'influence chez les adolescents qu'autrefois. Dans un monde où tout le monde court après mille activités et se focalise sur ses relations virtuelles plutôt que les relations réelles, il y a de moins en moins de familles où tout le monde fait réellement beaucoup de choses ensemble. Du coup, les jeunes sont éduqués plus par des institutions de masse (l'école) et virtuelles (internet) que par la famille.
- L'omniprésence de la pornographie sur internet donne des attentes totalement irréalistes en ce qui concerne la sexualité. De tout temps, les adolescents ont toujours accordé une importance excessive à la sexualité physique dans les relations amoureuses, mais la société moderne l'aggrave encore énormément.
- La société moderne a fixé une place très précise pour la jeunesse : l'éducation. Jusqu'à l'âge de 18 ans strict minimum, voire 22 ou 23 ans s'il poursuit des études supérieures, ou même jusqu'à l'âge de 25 ou 30 ans dans certains cas, le jeune n'est pas censé contribuer quelque chose à la société ; il doit simplement s'occuper de ses études. Mais avoir une contribution active et utile auprès des autres est valorisant et stabilisant à l'être humain. Inconsciemment, la société moderne est en train de dire aux adolescents que leur compétences ne valent pas grand-chose, tant qu'ils n'ont pas fini leurs études. Voir « **canevas CdF 2019 (Profite de ta jeunesse)** » pour beaucoup plus d'informations et réflexions sur ce sujet.

#### **4) Dans l'adolescence, l'infériorité (problème de valeur personnelle) prend le dessus :**

- En créant sa propre identité, l'adolescent est de plus en plus préoccupé par ce que d'autres pensent de lui. L'insécurité (le problème personnel majeur de l'enfant) ne disparaît pas, mais l'infériorité (les préoccupations sur sa valeur personnelle) deviendra normalement le premier problème personnel et le restera toute la vie. Il voit sa valeur



surtout à travers ce que d'autres pensent de lui.

- De ce fait, il est tiraillé entre le besoin d'être « différent » pour affirmer son identité et le besoin d'être « comme tout le monde » pour ne pas être jugé. Il s'identifiera normalement avec un groupe relativement restreint qui se « démarque » pour être « différents », mais qui le font tous plus ou moins de la même manière, afin d'appartenir.
- En vue d'appartenir et ne pas être jugé, l'adolescent se laissera énormément influencer par ceux de « son groupe ». S'il a fait un mauvais choix quant au groupe avec lequel il s'identifie, les résultats peuvent être catastrophiques et peuvent influencer tout son avenir.

**5) L'importance de la sexualité dans l'adolescence, et les frustrations qui s'y attachent :**

- Le changement est déstabilisant en soi. En plus de l'adaptation psychologique, la puberté comporte aussi des modifications hormonales qui peuvent être difficiles à vivre.
- Les craintes sur la valeur personnelle, déjà un problème majeur dans l'adolescence, se focalisent sur l'attraction sexuelle : « Suis-je assez beau/belle ? » Une très grande partie de la « pudeur » des adolescents n'est pas, en fait, une véritable pudeur appropriée, mais une simple peur que leur corps n'est pas suffisamment attirant.
- Il devient donc de plus en plus important de se « prouver » en ce qui concerne l'attraction sexuelle. Entre autres, ceci conduit souvent des filles à accepter des relations sexuelles au-delà de ce qu'elles voudraient.
- Dans notre société qui veut que le mariage n'intervienne qu'une fois les études terminées, il n'y a pas de moyen approprié de vivre une relation sexuelle véritable et stable pendant toute la période où les désirs sexuels sont les plus forts.
- Ceci conduit à des relations superficielles et provisoires, basées bien plus sur le plaisir physique que sur l'engagement à long-terme, ce qui va avoir une influence pendant toute la vie dans la manière de concevoir une relation sexuelle.
- Comme il n'existe pas un moyen « correct » de vivre la sexualité dans l'adolescence, la culpabilité s'attache énormément à ce domaine. Cela met souvent l'adolescent dans une situation intenable avec des attentes absolument impossibles. Même s'il se limite à « désirer », sans jamais passer à l'acte, il trouvera cela anormal parce qu'il pensera qu'il est attiré par ce qui est interdit. Et chez la plupart, cela ira plus loin que les désirs, ce qui va associer la sexualité et la culpabilité dans sa tête.

**6) Un encadrement utile pour les adolescents doit tenir compte de la nature de cette période :**

- L'enfant a surtout besoin d'un protecteur, qui est présent dans son « petit monde » et le rassure par rapport à ce qui est à l'extérieur. Mais l'adolescent a besoin de sortir de plus en plus de ce « petit monde » et s'adapter à une réalité bien plus vaste et compliquée. Il a donc avant tout besoin d'un leader, un guide qui va le conduire vers ce monde inconnu.
- L'encadrement doit être présent, mais non constamment. Il n'est pas utile que les adolescents soient « lâchés dans la nature », mais ils ont besoin de passer une bonne partie de leur temps entre eux, à réaliser ensemble les jeux, activités, etc. L'enfant a besoin d'être encadré en tout temps, afin d'être en sécurité dans son « petit monde ». L'adulte est plus ou moins autonome dans le monde. L'adolescence est la période d'adaptation entre ces deux situations si différentes et un encadrement efficace doit introduire de plus en plus d'autonomie, sans abandonner les adolescents pour autant.
- Les encadrants doivent comprendre toutes les difficultés qui s'attachent à l'adolescence, surtout dans le monde moderne. Ils ne vivent plus dans l'innocence et la simplicité des enfants. Cela ne veut **pas** dire qu'ils doivent tout accepter, mais ils doivent comprendre qu'on ne peut pas traiter les vrais problèmes de fond avec des interdictions.
- L'adolescent a besoin de pouvoir s'identifier avec un groupe qui a son identité, mais qui ne sera pas une mauvaise influence pour autant.
- L'adolescent a besoin de vivre des relations saines avec le sexe opposé mais il a aussi



besoin de vivre des temps **sans** le sexe opposé. Il (elle...) ne le sait pas, mais c'est très enrichissant. La préoccupation sexuelle est tellement présente dans la pensée des adolescents que cela leur fait du bien d'en être « libéré » un temps parce qu'il n'y a personne du sexe opposé qui est présent.

- L'imaginaire aura encore une place (c'est stimulant pour l'être humain, même à l'âge adulte), mais ne doit pas prendre des mesures fortes. L'adolescent a besoin d'entrer de plus en plus dans le monde réel. Du coup, l'imaginaire sera ponctuel (le temps d'une soirée, d'un jeu...) plutôt qu'un aspect durable de l'encadrement.
- Plus l'encadrement des adolescents les introduit dans le monde réel plutôt que le monde virtuel des écrans, mieux c'est. Cela se vit encore plus dans la nature qu'en ville, si possible.
- Il est **très fortement souhaitable**, dans la mesure du possible, de séparer les adolescent de leurs smartphones. Le smartphone est un outil extraordinaire, mais il devient trop facilement une drogue. L'adolescent a besoin d'apprendre qu'il est possible de vivre des temps forts sans le moindre contact virtuel avec des gens qui ne sont pas physiquement présents et cela, même pour un temps prolongé.
- Il est essentiel pour l'adolescent de vivre des « aventures » qui sortent de l'ordinaire et qui, en même temps, l'incitent à développer ses capacités.
- Les adolescents ont besoin aussi de développer leur créativité. Ils ont besoin de concevoir et de réaliser des projets où ils ne sont pas simplement des spectateurs.
- Dans une société qui estime que la seule place des jeunes est de réussir leurs études, il est extrêmement utile de confier de vraies responsabilités aux jeunes. Ils étonneront toujours les adultes par ce qu'ils sont capables de faire, si on leur en donne l'occasion.
- L'adolescent a besoin de pouvoir devenir lui-même. L'un voudra faire du sport, l'autre voudra écrire de la musique, un troisième voudra étudier la vie des insectes...  
L'encadrement de l'adolescence devrait permettre ces différences, sans imposer les mêmes intérêts à tout le monde.

## Les difficultés dans l'approche des jeunes

### 1) Le plus important : gagner la confiance

- Intimité et sécurité : même si le principe est développé ailleurs, il est nécessaire de se rappeler ici le lien fort entre intimité et sécurité.  
L'intimité, c'est le degré de connaissance de la personne : plus je permets à quelqu'un de connaître la personne que je suis réellement, plus la relation est intime. La sécurité, c'est la confiance que l'autre ne me fera pas mal, ni intentionnellement, ni par inadvertance, que ce soit sur le plan physique ou psychologique.  
Le principe fondamental que tout le monde applique, sans même avoir besoin de l'apprendre, est le suivant : ***l'intimité qu'une personne accepte dans une relation personnelle est proportionnelle à la sécurité qu'elle ressent dans la relation.*** Si donc je ne suis pas sûr d'une personne, je ne voudrais pas que cette personne connaisse les parties les plus personnelles de mes préoccupations, craintes, pensées, etc. Si en revanche j'ai une grande confiance dans la personne, je serai beaucoup plus enclin à lui laisser pénétrer dans les « jardins secrets » de ma personne.
- Il faut savoir que vouloir aider quelqu'un avec ses problèmes, c'est demander une grande intimité avec la personne. Mes craintes, mes problèmes, mes mauvaises réactions, sont parmi les aspects de ma personne que je voudrais dissimuler. Je veux que d'autres me voient comme fort, capable, sûr de moi. Il faudrait donc établir une grande sécurité si on veut aborder les problèmes personnels des gens, y compris les enfants.
- Les trois facteurs qui détruisent le plus la confiance sont la colère, les critiques et la

trahison de confidentialité :

La nature de la colère, c'est d'essayer d'intimider l'autre, de s'imposer par la force émotionnelle qui fait peur. La colère diminue donc sérieusement la sécurité : c'est son rôle. Or, si on veut développer une relation qui permettra d'aborder des problèmes, avec toute l'intimité que cela implique, la colère est à bannir absolument.

Les critiques attaquent directement la valeur de la personne, ce qui est vue comme une atteinte à la sécurité psychologique et émotionnelle. Il est toujours très tentant de vouloir « reprendre » un jeune qui pose problème en relevant ce qui ne va pas, pour « lui faire honte » mais le résultat à long-terme est plus que négatif. Il va se défendre, ce qui risque très fort de provoquer des sur-problèmes (parce que sa manière de se défendre ne sera pas celle qu'il faut), il refusera de plus en plus l'intimité car il ne se sent pas en sécurité, et les traces plus ou moins permanentes dans son caractère vont lui faire beaucoup plus de mal que de bien. Nous avons tous connu des gens qui, à l'âge adulte, ne peuvent pas supporter des critiques, ne peuvent pas accepter qu'on leur donne tort. Ce sont pour ainsi dire systématiquement des gens qui, dans la jeunesse, ont été critiqués, humiliés, blessés par des adultes qui pensaient les inciter à l'amélioration. Il est beaucoup plus efficace d'encourager à ce qui est positif plutôt que de critiquer pour ce qui est négatif. (« Je sais que tu peux y arriver ; vas y ! » plutôt que « Tu ne fais jamais assez d'efforts pour arriver à quelque chose de bon. »)

La trahison de la confidentialité, enfin, c'est le fait de communiquer à d'autres ce qu'on a appris au sujet de la personne. Les critiques devant d'autres en font partie, bien sûr, mais il n'y a pas que cela. Le « secret professionnel » (l'interdiction de diffuser des informations personnelles au sujet des personnes dont on est au courant par l'exercice de d'un rôle professionnel, comme celui d'un médecin, d'un avocat ou d'un pasteur) ne s'applique pas à l'encadrement des jeunes, mais sauf exception (ce sujet est traité plus loin) il faudrait faire comme si c'était le cas. Je garde la plus grande discrétion au sujet des confidences des jeunes. Si jamais je ne le fais pas, les jeunes réviseront sérieusement à la baisse la confiance qu'ils peuvent avoir en moi et, du coup, l'intimité qu'ils sont prêts à accepter en ce qui me concerne, en me permettant de savoir ce qui ne va pas chez eux.

- Dans un premier temps, les jeunes ne révéleront pas les vrais problèmes. Comme c'est un domaine d'intimité, ils vont s'ouvrir petit à petit, au fur et à mesure que la sécurité s'installe. Plus ils ont souffert, plus ils mettront du temps avant d'oser s'ouvrir. La patience est donc essentielle. Ils ne vont pas révéler tout de suite leurs souffrances intérieures simplement parce que nous leur demandons de le faire.

## 2) Connaître les signes de risque

- Évidemment, un jeune qui pleure parce que « ça va pas à la maison » a un problème. Malheureusement, ce n'est pas toujours aussi simple.
- Beaucoup de jeunes qui vivent un problème sont mal dans leur peau et, du coup, ne veulent pas que ça se sache. Ils appliquent donc le principe d'intimité et sécurité : n'étant pas fiers de ce qu'ils sont ou ce qu'ils font, ils pensent que de mauvaises choses vont leur arriver si cela se sait (problème de sécurité) et, du coup, ils « se cachent » émotionnellement (refus d'intimité). Un jeune qui ne s'ouvre pas, qui est très réservé, qui ne parle pas ou peu, a de fortes chances de vivre des situations qu'il ne sait pas gérer.
- Beaucoup d'autres réagissent par l'agression. Le plus souvent, si un jeune est « turbulent » dans le sens de poser des problèmes à ceux qui l'entourent, il y a de fortes chances que ce ne soit pas simplement « son caractère ». Il a des problèmes personnels.

## 3) Tous n'en parlent pas ; il faut aller vers eux. Ce n'est pas parce qu'un jeune ne montre pas un de ces signes classiques de difficultés personnelles qu'il va bien. Certains ont appris à fonctionner pour ainsi dire « normalement », justement pour ne pas attirer l'attention sur le fait qu'ils vont mal. Il ne faudrait pas « soupçonner » tout le monde pour autant, mais il faut aussi créer des occasions pour discuter simplement avec les jeunes, en un-à-un de préférence (mais pas en isolation!) afin de mieux les connaître. Parfois, on découvrira des choses qu'on

ne soupçonnait pas. Ceci est encore plus le cas chez les adolescents que chez les enfants (qui le plus souvent n'ont pas encore appris comment dissimuler le fait qu'ils ne sont pas bien).

- 4) **Même les plus forts sont faibles.** Tout le monde, par moments, a besoin d'aide. Aucun jeune (ni aucun adulte non plus, même si ce n'est pas notre sujet ici) n'est capable de faire face à toutes les situations. Se créer des relations de confiance même avec ceux qui « vont bien » est utile, car dans ce cas, le jour où ils ont un problème, ils se sentiront plus libres d'en parler.

## **Deuxième partie : apporter de l'aide**

### **Les domaines d'intervention**

**1) La règle d'or : les personnes sont plus importantes que les activités.**

- Encadrer, c'est passer beaucoup de temps à préparer et mener des activités, ce qui est parfaitement approprié. Mais il ne faut jamais oublier que les activités sont un moyen ; elles ne sont pas une fin en soi. Le but de l'encadrement de la jeunesse n'est pas simplement de les occuper ou les amuser, mais de leur apporter quelque chose d'utile.
- De ce fait, les besoins des jeunes doivent toujours passer avant les activités. Si un jeune fait savoir qu'il a un problème, il ne voudrait pas en parler « après la sortie » ou « en fin d'après-midi, quand nous aurons un peu de temps ». Il faut s'intéresser aux jeunes, en tant que personnes, encore plus qu'aux activités.
- Les animateurs et autres adultes qui participent de près ou de loin à l'encadrement peuvent avoir des problèmes personnels autant que les jeunes. Il n'est pas interdit d'essayer de les aider. Toutefois, cela ne doit jamais se faire aux dépens de l'œuvre dans la vie des jeunes. Surtout, si le comportement d'un encadrant porte préjudice à un jeune, ce comportement ne doit absolument pas être toléré sous prétexte de vouloir aider la personne adulte avec son problème.

**2) On ne peut pas changer le passé (les problèmes)**

- La relation d'aide ne peut pas changer ce qu'un jeune a vécu dans le passé, évidemment. Mais elle peut changer l'avenir, de deux manières différentes :
- D'une part, la relation d'aide peut changer la manière dont le jeune réagit face à ce qu'il a vécu. C'est la question des sur-problèmes : on peut l'encourager et l'aider à trouver une autre approche pour gérer la situation, ce qui produira moins de sur-problèmes à l'avenir.
- D'autre part, s'il s'agit d'une situation où une intervention directe est possible (un enfant maltraité à la maison, par exemple), la relation d'aide peut gagner la confiance du jeune, permettre d'apprendre la situation, et conduire à une intervention par les autorités compétentes.

**3) La compassion**

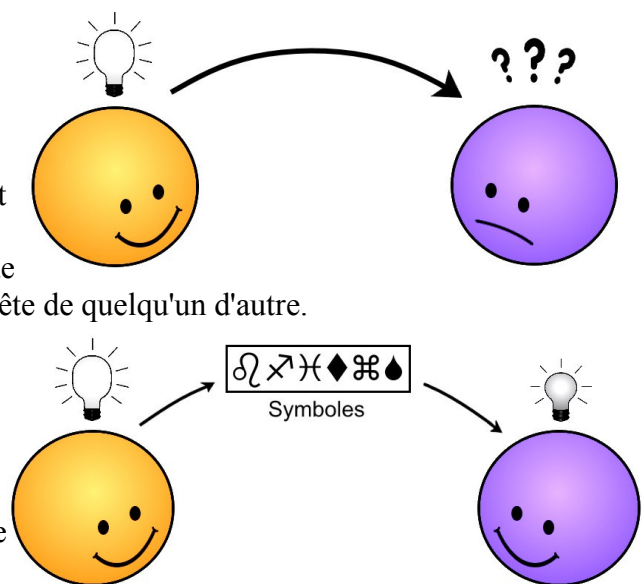
- La relation d'aide se fait essentiellement par trois moyens différents : la compassion, l'écoute et les conseils. Le plus important des trois, qui affectera la manière de faire (et l'efficacité) des deux autres, c'est la compassion.
- La compassion, à la base, c'est accorder une grande importance à l'autre et, par extension, à son bien-être. Rien n'est plus destructeur pour un être humain que le sentiment que personne ne s'intéresse à lui, qu'il n'a aucune importance. La compassion, c'est montrer au jeune qu'il a une valeur.
- Même à la maison, plus de jeunes qu'on ne le pensent ont l'impression (à tort ou à raison) qu'ils ne sont pas vraiment aimés, que leurs parents désirent simplement ne pas être dérangés par leur mauvais comportement.
- Il est donc d'une importance primordiale, en s'occupant des jeunes, de ne jamais donner l'impression qu'ils ne sont pas des êtres importants. Ceci est essentiel surtout dans le cas

où le comportement du jeune pose problème. Il faut faire tout son possible, en maintenant la discipline, de ne jamais faire croire que ceux qui dérangent ne sont pas importants, ou que leur importance est conditionnée par leur comportement.

- La discipline se porte sur le comportement et non sur la personne. « Tu sais que je t'aime, mais je ne peux pas te laisser faire cela » a un effet positif. « Tu es un bon à rien qui dérange tout le monde » est profondément destructeur, parce qu'il met en cause la personne et non uniquement ce qu'elle fait. « Tu va rester près de moi pour que je puisse t'aider à agir correctement » est positif. « Tu va sortir parce que nous n'en voulons pas de toi tant que tu fais comme ça » est destructeur. Et ainsi de suite.
- Ceux qui ont le plus besoin de compassion sont ceux qui sont les plus difficiles à aimer : ceux qui posent problèmes. La tentation est de se focaliser sur leur comportement, pour avoir de la tranquillité, plutôt que sur leur besoin personnel, qui produit ce comportement dérangeant.
- La relation d'aide est donc plus « être » que « faire ». Cela se manifeste avant tout dans la compassion sincère. Le jeune pardonnera beaucoup d'erreurs de la part de ceux qui ont fait preuve de véritable compassion. Il n'appréciera pas la personne qui manque de compassion, quelle que soit sa capacité à « faire faire des aventures extraordinaires », et n'en tirera pas grand-chose de positif à long-terme. Le mot de base de la relation d'aide est donc : compassion avant tout.

#### 4) L'écoute

- La racine du mot « communiquer » se trouve dans le principe d'avoir quelque chose **en commun**. Communiquer, c'est donc : « rendre une pensée commune, faire en sorte qu'une autre personne ait cette même pensée. » Le problème, c'est qu'on ne peut pas communiquer une pensée. Je ne peux pas prendre l'idée que j'ai dans ma tête pour la mettre dans la tête de quelqu'un d'autre.
- La solution, c'est de traduire l'idée en symboles (des mots, pour faire simple), que l'autre va « décoder » pour reformuler l'idée.
- Écouter n'est pas simplement entendre les mots. C'est essayer de comprendre le sens, en utilisant le même « codage », en vue de saisir réellement sa pensée.
- L'écoute n'est pas une simple politesse, en attendant de pouvoir dire tout ce qu'on sait (donner des conseils, par exemple). C'est se focaliser sur l'autre, essayer vraiment de saisir ce qu'il a dans sa tête. Cela peut prendre pas mal de temps, car même si on connaît les mots que l'autre utilise, on ne saisit pas forcément ce qu'il veut dire. N'ayant pas le même vécu, on n'utilise pas le même « codage » que l'autre, malgré le fait de parler la même langue.
- Ce temps d'écoute sera encore plus rallongé par le fait, déjà évoqué, que l'autre hésitera vraisemblablement à révéler les aspects les plus importants de sa situation, au moins pendant un temps. L'écoute sincère est un des moyens pour montrer à l'autre la sécurité, ce qui l'encouragera à révéler davantage.
- La véritable écoute est donc une forme importante de compassion. C'est se focaliser sur l'autre, essayer de comprendre son vécu.
- L'écoute est déjà une intervention. Parfois, le simple fait d'être écouté, de découvrir que quelqu'un comprend et s'intéresse à ce qu'on vit, fait plus d'effet que tous les conseils



(aussi bons soient-ils) du monde. Et même si on ne sait pas quoi conseiller, on peut toujours écouter.

## 5) Les conseils

- Les conseils sont importants en relation d'aide. Souvent, ceux qui sont mal dans leur peau cherchent des solutions. Le principe des conseils, c'est d'en donner. Mais il est très facile de donner beaucoup trop d'importance aux conseils dans la relation d'aide.
- La première chose à retenir, c'est que ***même les bons conseils sont peu utiles et peu efficaces autrement que dans le contexte de compassion et d'écoute***. Déjà, ils ont très peu de chances d'être acceptés. Ajoutons à cela qu'il est facile de tomber dans le piège de « celui qui sait » en face de « celui qui ne sait pas ». Une telle attitude de supériorité, même si elle n'est pas intentionnelle, empêche les conseils d'être reçus, surtout par des personnes qui se sentent accusés (ce qui est souvent le cas en relation d'aide ; les gens qui en ont besoin ont souvent posé de grands problèmes aux autres par leur mauvaise façon de gérer le mal qu'ils vivent).
- Les conseils les plus utiles adressent le fond des problèmes et non ses manifestations. Un conseil dans le style de « Il ne faut plus faire comme ceci » a peu de chances d'apporter une aide durable si on ne sait pas ***pourquoi*** la personne fait comme elle fait.
- On ne pourra jamais faire le tour, même avec 1000 pages sur le sujet, des conseils qui peuvent être appropriés. Si on veut aller plus loin que la compassion et l'écoute (qui apportent déjà beaucoup si elles sont sincères), il faut absolument se former. Le document « ***Introduction à la relation d'aide*** » du même auteur peut être un point de départ pour comprendre le fonctionnement humain et les solutions profondes.
- Il existe une quantité invraisemblable de livres, séminaires, formations, podcasts, et autres formes d'enseignement sur la relation d'aide. Pour ceux qui comprennent l'anglais, l'offre est multipliée encore par un facteur d'au moins 100. Il y a du très bon et du moins bon. Afin d'évaluer la validité d'une approche, il est toujours utile d'examiner la philosophie de base de l'auteur ou l'enseignant, pour voir si on est d'accord. Tout n'est pas utile, mais tout n'est pas à rejeter non plus. « *Examiner toutes choses, retenez ce qui est bon* » (1 Thessaloniens 5.21).
- Dans le meilleur des cas, il est pratiquement impossible de savoir rapidement quel est le bon conseil à donner. Déjà, c'est une des raisons principales de l'importance de l'écoute.
- Même un conseil parfaitement approprié et bien reçu a peu de chances de résoudre le problème de fond tout de suite. Il ne faut pas penser que tout est arrangé parce qu'on a « donné le bon conseil ». La compassion et l'écoute doivent continuer, ce qui donnera certainement lieu à des conseils supplémentaires en fonction de l'évolution de la situation.

## 6) Faire intervenir directement quelqu'un

- Il arrive souvent qu'on ne sait pas quoi conseiller. Soit on n'a pas suffisamment de formation pour cela, soit il s'agit d'un problème où l'enjeu dépasse le cadre de ce qui peut être réglé par des conseils.
- Dans ce cas, il est parfaitement approprié de faire intervenir quelqu'un d'autre. On ne doit pas « jouer à l'apprenti sorcier » en croyant qu'on a toutes les solutions, surtout si on n'a pas une formation approfondie et spécialisée en relation d'aide. (Mais même les grands spécialistes sont parfois confrontés à des cas qui demandent l'intervention de quelqu'un d'autre.) Ce n'est pas une honte de reconnaître que quelqu'un d'autre peut et devrait intervenir.
- Cela peut se faire de différentes manières. La section vers la fin de ce document, « Quand il faut alerter d'autres » explore cela en plus de détails.
- On peut toujours suggérer au jeune de discuter avec quelqu'un d'autre, qui aura peut-être plus de solutions à proposer. L'acceptation d'une telle suggestion dépendra en grande partie de la confiance qui a été installée avec la personne qui fait la suivie initiale.

Néanmoins, il faudra que le nouvel intervenant établisse à son tour la confiance.

- Dans certains cas, on peut (voire on **doit**) faire intervenir des autorités extérieures à la structure d'encadrement, comme un représentant des services de protection de l'enfance. Voir la section sur ce sujet pour savoir qui, quand et comment.

## 7) On ne peut pas tout régler

- Un mot de caution s'impose : il faut s'attendre à des échecs. C'est malheureux mais c'est un fait. Même les conseillers les plus compatissants et les plus compétents connaissent des échecs. Les jeunes qui se tournent vers la délinquance, qui gâchent leur vie, qui vont même jusqu'à se suicider, existent. Et cela, malgré toute l'aide qu'on a essayé de leur apporter.
- On découvrira, quand on essaie d'encadrer la jeunesse en s'intéressant réellement à leurs détresses personnelles et émotionnelles, qu'il y a des choses qu'on ne soupçonnerait pas dans les vies. En relation d'aide, il faut s'habituer à s'attendre à tout.
- Compassion, si importante en relation d'aide, n'est pas la même chose que se laisser accabler par les problèmes des autres. Deux principes sont importants pour l'éviter :
- D'une part, il ne faut pas se rendre responsable des échecs. Sachant que cela existe, il faut faire de son mieux avec les capacités qu'on a, mais accepter aussi qu'en fin de compte les gens — y compris les jeunes — font leurs propres choix.
- D'autre part, il faut surmonter ses propres problèmes personnels. Trop de gens se lancent en relation d'aide parce qu'ils cherchent des solutions pour eux-mêmes. Du coup, n'ayant pas résolu leurs propres problèmes, ils intériorisent trop les problèmes des autres. Ils se sentent dépassés par les problèmes qu'ils rencontrent chez les autres. Le meilleur sauveteur aquatique est une personne qui sait si bien se débrouiller dans l'eau qu'elle ne risque pas de se noyer avec celle qu'elle essaie d'aider. La quantité invraisemblable de détresses personnelles que vivent les jeunes est comme cette eau, une « inondation » de problèmes de toutes sortes. La première des choses, c'est de savoir surmonter ses propres problèmes personnels avant de vouloir aider d'autres.

## Gérer les abus

- 1) Beaucoup de jeunes — enfants et adolescents, filles et garçons — sont victimes d'abus de différentes sortes. Les deux formes d'abus les plus identifiées sont les violences physiques et les abus sexuels, mais il existe d'autres abus : racisme, manipulations émotionnelles, violences verbales, harcèlement à l'école, harcèlement sur les réseaux sociaux...
- Les abus troublent les jeunes de plusieurs manières. Déjà, ils posent évidemment un problème de sécurité. Le problème est encore plus grave quand l'abus est perpétré par quelqu'un des proches, ceux qui sont censés être les « protecteurs » du jeune. C'est un cas de figure malheureusement très répandu.
- À la peur s'ajoute la réticence de faire confiance à qui que ce soit. Le jeune s'isole, ne forme pas des relations profondes, et est déstabilisé encore plus par le manque d'amitiés qui s'ensuit.
- Paradoxalement, beaucoup de victimes d'abus se sentent responsables de l'abus. Ils se culpabilisent des relations sexuelles abusives, même celles perpétrées par la force. Ils s'imaginent que le harcèlement ou la violence sont mérités, parce qu'ils sont mauvais. D'autres ont peur des conséquences si l'abus se découvre, comme une fille abusée sexuellement par son père mais qui ne veut pas que « papa soit mis en prison ». Ou tout simplement ils ont peur des répercussions s'ils dénoncent les abus. Pour toutes ces raisons, il y a souvent une énorme réticence à en parler.
- Les abus n'ont pas tous les mêmes sources. Certains sont perpétrés par des gens explicitement malintentionnés. D'autres sont le résultat d'incompétence : des parents, par

exemple, qui ne voient pas d'autre manière d'essayer de corriger les enfants que de les dénigrer constamment en espérant leur faire honte pour qu'ils changent de comportement (une tactique qui ne réussit pour ainsi dire jamais, surtout dans le long-terme, mais qui est largement pratiquée). Souvent, les abus viennent de la part de personnes qui ont été elles-mêmes victimes d'abus et qui essaient de se revaloriser en abusant d'autres.

## 2) Compassion, écoute, conseils

- Ce dont les victimes d'abus ont le plus besoin, c'est de ne plus se sentir seul face à cette situation intolérable qu'ils ne savent pas gérer. La compassion et l'écoute sont primordiales : rien que par le fait de savoir que quelqu'un sait, quelqu'un se soucie d'eux, quelqu'un est prêt à se ranger à côté d'eux pour les aider, va déjà apporter beaucoup. Même dans les cas où on ne sait pas trop comment aider (l'abus n'est pas assez précis pour que quelqu'un puisse intervenir, par exemple), c'est déjà beaucoup.
- S'il y a un aspect de la situation dont on n'est pas sûr de la manière de le gérer, on peut se faire conseiller par un pasteur, un spécialiste de relation d'aide, même par les forces de l'ordre si on soupçonne qu'il y a un aspect légal de la situation. (Tant qu'on n'est pas prêt à faire une dénonciation explicite, si on a recours aux forces de l'ordre, il faut dissimuler les détails, par exemple : « J'ai entendu parler d'un jeune qui... ; faudrait-il que la police de sa commune en soit informée ? ») On peut demander une telle aide sans trahir la confidentialité de la relation d'aide, car on n'a pas besoin d'identifier la personne.

## 3) Les limites du pardon

- Dans certains milieux chrétiens, de fausses idées sur le pardon compliquent la gestion des abus. Il est nécessaire de corriger ces idées dans nos pensées et ensuite chez les jeunes qui souffrent d'abus.
- Tout d'abord, pardonner ne veut pas dire excuser et encore moins approuver. Dieu pardonne le péché, mais cela ne l'empêche pas de le condamner fortement et explicitement. Pardonner ne veut pas dire que la victime doit arriver au point de dire : « Ce n'était pas grave. »
- Pardonner ne signifie pas non plus qu'il n'y a pas de conséquences à ce qui a été fait. Pardonner, c'est renoncer à toute tentative d'appliquer ces conséquences soi-même, c'est tout. Paul nous dit dans Romains 12.19 : « Ne vous vengez pas vous-mêmes, bien-aimés, mais laissez agir la colère, car il est écrit : A moi la vengeance, c'est moi qui rétribuerai, dit le Seigneur. » Puis juste quelques versets plus loin, dans Romains 13.4 (on se rappelle que les coupures de chapitres ne faisaient pas partie du texte à l'origine), il nous dit que le gouvernement est « au service de Dieu pour montrer sa vengeance et sa colère à celui qui pratique le mal ». S'il y a crime, pardonner n'est nullement incompatible avec le fait de faire intervenir les autorités légales.
- Quand il y a tort entre être humains, il y a un offenseur et un offensé. L'offensé est appelé à pardonner, c'est-à-dire ne pas essayer de se venger de quelque manière que ce soit pour le mal qui a été fait. Mais en même temps, l'offenseur est appelé à se repentir : à reconnaître son tort et à changer d'avis sur cette façon d'agir. Or, il est important de noter que le rétablissement de la relation nécessite les **deux** démarches, et non pas une seule. Même s'il y a un véritable pardon, s'il n'y a pas repentance, l'offenseur est toujours un danger pour l'offensé. L'offensé ne doit pas chercher à faire du mal en retour, mais il a tout à fait le droit de prendre des dispositions pour se protéger. Jésus lui-même l'a fait : « Ils cherchèrent encore à arrêter Jésus, mais il s'échappa de leurs mains et s'en alla de nouveau au-delà du Jourdain » (Jean 10.39-40).
- Même quand il y a pardon et repentance, cela ne veut pas dire qu'il n'y a jamais de séquelles. C'est une évidence sur le plan physique : si on blesse quelqu'un, le conflit peut être parfaitement réglé et la relation rétablie, mais la personne peut avoir encore une séquelle. Or, c'est vrai aussi sur le plan psychologique : les abus subis peuvent laisser des séquelles dans les réactions. Le fait que le jeune a besoin d'aide pour apprendre à gérer ces séquelles et réagir différemment ne veut pas dire qu'il « n'a pas vraiment pardonné ».



- Il est donc important d'encourager les victimes d'abus à pardonner, mais en même temps il ne faut pas leur faire penser que parce qu'ils pardonnent, tout est réglé immédiatement, ou que s'ils ont encore mal c'est de leur propre faute parce qu'ils n'ont pas pardonné.

#### 4) Le 119 et les associations d'aide aux victimes

- Le 119 (« Allô, enfance maltraitée ») est un service nationale pour signaler des cas d'abus. Tous ceux qui encadrent les jeunes — surtout les enfants mais aussi les adolescents — devraient le connaître. Ils peuvent alerter les autorités appropriées pour intervenir dans la situation.
- Le 119 ne peut pas intervenir en cas d'abus où il n'y a rien de concret, comme la manipulation émotionnelle. S'il n'y a rien d'illégal, il faut se limiter aux trois principes fondamentaux : « compassion, écoute, conseils ».
- Dans certains départements en France, il existe des associations d'aide aux victimes. Le plus souvent, elles sont nettement plus performantes que le 119. Elles sont plus proches, plus « humains ». Parfois, avant d'appeler le 119, il est utile de voir s'il y a une telle association dans la commune ou les environs où habite la victime d'abus. Si c'est le cas, ils peuvent apporter de très bons conseils et leur aide est sans frais pour les victimes ou les personnes qui les alertent.

## Gérer les dépendances

- 1) Comme pour les abus, il y a divers types de dépendances. Ceux qui viennent le plus facilement à l'esprit sont le tabac, l'alcool et la drogue. Mais il y en a d'autres, comme la pornographie et l'internet.
- 2) Il y a relativement peu de dépendances parmi les enfants, mais elle deviennent courantes chez les adolescents.

#### 3) Qu'est-ce qu'une dépendance ?

- Il est important de ne pas tout classer comme une dépendance. Certains vont donner comme définition quelque chose dans le style de : « ce dont on n'arrive pas à se passer ». C'est beaucoup trop large ; la respiration devient une dépendance et, du coup, tout le monde a des dépendances. Une définition trop large finit par éliminer les dépendances réelles, car si tout le monde est dépendant, rien ne distingue une personne qui a un problème dans ce domaine.
- Une meilleure définition est celle-ci : « **Une dépendance est une consommation ou pratique excessive et destructrice, dont on n'arrive pas à se défaire.** » Les trois points de cette définition sont importants :
- « **Excessive** » : au-delà de ce qui est raisonnable ou acceptable. Ce n'est *pas* « au-delà de la norme. » Un footballeur professionnel « consomme » (pratique) le foot bien plus que « la norme » mais ce n'est pas un problème. Ce serait un problème pour son métier s'il ne le faisait pas. « Excessive » doit donc être défini en fonction de ce qui est raisonnable ou acceptable, ce qui nous mène au prochain point.
- « **Destructrice** » : une dépendance fait mal, d'une manière marquée, à la santé, aux relations avec les autres, à l'emploi du temps...
- « **Dont on n'arrive pas à se défaire** ». Ce point ne suffit pas du tout, à lui seul, pour définir une dépendance (pensons à la respiration), mais devient extrêmement révélateur dans le contexte des points précédents : même quand on sait que ça fait mal, on n'arrive pas à s'arrêter. Le pire, c'est quand la personne arrive au point où non seulement elle sait très bien que cette pratique fait mal mais, en plus, il n'y a plus aucun plaisir dans la chose.

#### 4) Nier les dépendances

- La quasi-totalité de ceux qui ont une dépendance passe par une phase — plus ou moins

longue, selon les cas — où ils le nient. Identifier les trois points qui définissent une dépendance permet de voir les trois manières dont les gens nient les dépendances :

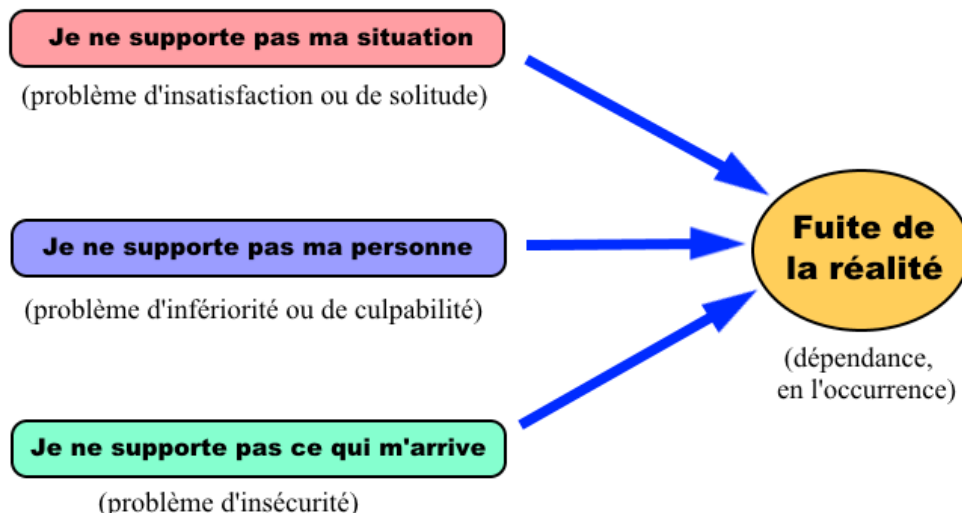
- Ils nient que leur pratique est excessive. Dans le cas de choses dont « l'acceptable » est zéro (comme les drogues illicites), cela veut dire qu'ils nient en consommer du tout.
- Ils nient que c'est destructeur : « Cela ne me fait pas mal. »
- Ils prétendent qu'ils peuvent arrêter quand ils veulent, et maintiennent qu'ils le font simplement parce qu'il l'aiment.
- Il est quasi-impossible de délivrer quelqu'un d'une dépendance tant qu'il est dans cette phase.

#### 5) Compassion, écoute, conseils

- Il est important d'insister sur ce point, même au risque d'être redondant. Il est trop facile de se limiter à condamner la pratique, à blâmer le jeune qui vit une dépendance parce qu'il le fait lui-même, et lui dire, en gros, « il n'a qu'à s'arrêter. »
- Ce n'est pas faux, et la responsabilité du jeune dans la dépendance est le seul espoir de délivrance : puisque c'est lui qui le fait, c'est lui qui peut l'arrêter. Néanmoins, on n'aidera pas sans compassion et écoute, et même les conseils risquent de manquer de pertinence si on ne sait pas suffisamment ce qui se passe.
- Sans qu'on puisse considérer le jeune qui vit une dépendance comme une simple « victime », il faut néanmoins tenir compte du fait que ce n'est pas facile de s'arrêter pour deux raisons. D'une part, c'est justement une dépendance : psychologiquement ou même physiquement, son système s'est habitué à cette pratique et c'est déstabilisant de l'arrêter. D'autre part, dans la plupart des cas, la dépendance s'est créée en réaction à une situation ; tant que cette situation dure, l'impulsion qui a créé la dépendance risque fort de continuer.
- C'est donc avec la compassion et l'écoute qu'on peut comprendre la situation et encourager réellement le jeune à s'en défaire.

#### 6) L'origine des dépendances

- Il y a, en gros, trois sources de dépendances : insatisfaction-solitude, infériorité-culpabilité, ou insécurité :



- Si l'origine est dans l'insatisfaction ou la solitude, c'est que la personne cherche simplement le plaisir, la consolation ou le « rush » émotionnel qui rend plus intéressante une vie qui, autrement, ne l'est pas suffisamment. C'est ce qui incite la plupart des jeunes à commencer les pratiques qui deviennent des dépendances. Dans le fond, ils sont en train de chercher une satisfaction artificielle.
- Si l'origine est dans l'infériorité ou la culpabilité, le problème est plus grave parce que c'est sa propre personne que le jeune ne supporte pas. Il cherche à fuir ce qu'il est.

- Si l'origine est dans l'insécurité, c'est que la personne vit quelque chose d'insupportable : le divorce des parents, par exemple, ou la mort de quelqu'un de très proche. Le but est donc d'oublier cette réalité qui est si mauvaise.
- Il est utile, normalement, de comprendre l'origine d'une dépendance parce que la solution nécessite dans presque tous les cas de résoudre non seulement le comportement habituel mais aussi la racine qui a produit ce comportement. Essayer de gérer une dépendance sans traiter la racine qui en est à l'origine (par la simple interdiction, par exemple, ou en faisant honte à la personne, ou en encourageant la personne à s'en sortir) produit rarement des bons résultats à long-terme.
- Cela nous ramène à la compassion et l'écoute, en vue de comprendre pourquoi la personne ne trouve pas dans la réalité le bien-être qu'elle cherche dans la dépendance.

#### **7) Conseiller, oui, et aussi encourager à se faire aider**

- Puisqu'il faut normalement résoudre deux problèmes différents pour libérer une personne d'une dépendance (le comportement habituel qui doit changer, et la racine qui incite à ce comportement), il y a de fortes chances que ceux qui encadrent la jeunesse n'aient pas une formation suffisante pour cela.
- Il faut aussi une suivie pendant un temps prolongé pour surmonter le comportement habituel. Il est rare, dans le contexte d'encadrement de la jeunesse, de pouvoir faire cela.
- La solution est donc d'apporter ce qu'on peut (compassion, écoute et conseils) mais surtout à encourager le jeune à se faire aider par une personne ou une association qui est spécialisée pour gérer les dépendances.

## **Gérer l'identité sexuelle**

### **1) L'évolution de la pensée dans la société moderne**

- L'identité sexuelle devient un sujet de plus en plus répandu dans notre société : homosexualité, transsexualité, bisexualité et d'autres formes de sexualité qui ne rentrent pas dans la norme traditionnelle et binaire (si tu es un gars, tu t'intéresse aux filles ; si tu es une fille, tu t'intéresse aux garçons) sont de plus en plus banalisées et normalisées autour de nous.
- Le problème n'est pas nouveau, mais la philosophie avec laquelle on l'aborde l'est.
- Il y a toujours eu des gens qui ne sont pas satisfaits de ce qu'ils sont, qui voudraient que la réalité soit autre.
- C'est moins courant, mais néanmoins il y a toujours eu des gens qui passent dans leur tête de « J'aimerais être » à « Je crois que je suis ».
- Ce qui est nouveau est l'application de la pensée post-moderniste à la situation, avec la notion que « chacun a droit à sa vérité ». Cela complique énormément la situation.

### **2) Comportements innés, volontaire et conditionnés**

- Le grand terrain de bataille en ce qui concerne l'identité sexuelle est entre ceux qui disent que les identités sexuelles « non-binaires » sont innées et ceux qui disent que c'est un choix. C'est un faux débat, enraciné une erreur logique qui s'appelle la fausse dichotomie. La fausse dichotomie consiste à dire qu'il n'y a que deux choix et, par conséquent, montrer qu'un des choix est faux prouve que l'autre est juste.
- La réalité est qu'il y a trois, et non deux, sources de comportement chez l'être humain. Il y a effectivement ce qui est inné et ce qui est le résultat d'un choix, puis il y a aussi ce qui est le résultat de conditionnement. Cette troisième catégorie est vraisemblablement plus grande que les deux autres réunies.
- Le comportement inné est instinctif, codé dans la structure génétique de l'individu. Ce n'est pas modifiable (normalement ; le but ici n'est pas d'entrer dans tous les détails) et aucune culpabilité ne s'attache à ce type de comportement, même s'il est déformé.

(Pensons à une personne qui boîte parce qu'elle a une jambe déformée : ce n'est pas « normale » dans le sens d'être la manière dont le système devrait fonctionner, mais la personne n'a pas à en avoir honte pour autant.)

- Le comportement qui résulte des choix peut se modifier, mais il convient néanmoins de différencier entre les choix courants (ceux qu'on fait sur le moment, en fonction de la situation) et les choix habituels (ceux qu'on a fait de la même manière tant de fois qu'on n'a plus besoin d'y réfléchir ; c'est devenu une habitude). Les deux peuvent se modifier, mais il est plus difficile de modifier les choix habituels. (Voir la section 3.6 dans « **Introduction à la relation d'aide** » et la section « Comment intervenir pour aider l'être humain » dans « **Théologie de la relation d'aide** » pour plus de détails.)
- Le comportement conditionné est plus subtil. Ce sont des façons de faire qui résultent en grande partie de l'environnement et d'un « choix » plus ou moins inconscient, souvent (mais pas toujours) dans la petite-enfance. Le plus souvent, la personne ne se rappelle plus d'un moment où elle n'avait pas cette orientation.
- Ce qui est important dans tout cela, c'est de comprendre que la situation n'est pas aussi simple que la plupart des gens veulent faire croire. Il ne s'agit ni d'un simple choix où « Il n'y a qu'à faire autrement », ni d'une orientation entièrement innée. Néanmoins, il y a certains facteurs qui *sont* innés et qui peuvent produire des tendances dans un sens ou dans l'autre. Et de toute façon, dans la mesure où l'orientation sexuelle n'est pas innée, elle est le résultat du conditionnement. Personne ne « choisit » son orientation sexuelle.
- Contrairement à ce que certains maintiennent, les identités sexuelles en dehors de la « norme binaire » se modifient souvent (mais non toujours) au cours de la vie, même sans intervention spirituelle ou tentative de « thérapie ».

### 3) **Compassion, écoute, conseils**

- L'approche des évangéliques pour tout ce qui concerne une déviation de la « norme binaire » se limite trop souvent, malheureusement, à la simple condamnation : « C'est un péché, il faut s'en détourner ».
- Comprendre les enjeux du comportement conditionné, et des facteurs qui ont conditionné ce comportement, devrait nous aider à adopter une approche différente.
- Des troubles dans l'identité sexuelle ne constituent pas le péché impardonnable. C'est une difficulté que la personne affronte, certes, mais qui n'est pas plus grave de d'autres aspects de la nature pécheresse qui nous marque tous. Nous ne sommes pas appelés à tout approuver, mais nous ne devons pas limiter notre réaction à la simple condamnation, avec une supériorité spirituelle comme le Pharisien de Luc 18.11.
- De toute façon, selon la Bible, on ne parvient pas au salut en améliorant le comportement et ce n'est pas nécessaire de « mettre sa vie en règle » avant de se donner au Seigneur. Le plus grand besoin de chaque être humain est d'entrer dans une relation personnelle et vivante avec le Seigneur. Dans cette relation, le Seigneur travaillera les différents domaines de la vie qui ont besoin de modifications, dans son temps et à sa manière. Cela inclut l'identité sexuelle.
- Il s'ensuit que la compassion, l'écoute et les conseils sont tout autant appropriés — et essentiels — en ce qui concerne l'identité sexuelle qu'en ce qui concerne n'importe quel autre problème que peut rencontrer un jeune. Le plus souvent, ils se sentent coupables et rejetés ; ils ne seront pas gagnés au Seigneur par un rejet de plus.

### 4) **Liberté de choix dans une république laïque et limites de liberté de comportement**

- Les lois peuvent varier d'un pays à un autre, mais dans la plupart des pays occidentaux, l'homosexualité et la transsexualité ne sont pas du tout interdits par la loi. C'était peut-être le cas il y a 50 ans, mais ce n'est plus le cas aujourd'hui.
- De ce fait, nous pouvons donner un avis, et des conseils, mais nous ne pouvons pas interdire ces orientations.
- Nous avons toutefois le droit de fixer les comportements qui sont acceptables dans le

contexte de nos activités d'encadrement. En clair, cela veut dire que nous ne pouvons pas interdire à un jeune de ressentir une attraction homosexuelle (par exemple), mais nous pouvons interdire les relations homosexuelles, de même que nous interdisons les relations hétérosexuelles dans le cadre de nos activités.

## Gérer la dépression et les tendances suicidaires

### 1) Qu'est-ce que la dépression ?

- Il est important de distinguer entre la dépression réactionnelle (un fonctionnement psychologique, une manière de réagir face aux aléas de la vie) et la dépression endogène (un sentiment de dépression qui résulte d'un déséquilibre chimique ou hormonale dans le corps). La première peut éventuellement se corriger par un changement d'optique, c'est-à-dire avec de la relation d'aide. La deuxième nécessite une intervention psychiatrique avec médicalisation. La dépression endogène est relativement rare, sauf pour une forme relativement banale et très courante : celle qui résulte du cycle hormonal chez la femme avec les règles et les grossesses. Elle se corrige sans intervention psychiatrique quand le système se rétablit et n'est pas classé, normalement, comme une véritable dépression. Nous ne parlerons ici que de la dépression réactionnelle.
- La dépression résulte du cumul de deux optiques, surtout quand elles sont très fortes toutes les deux. D'une part, la dépression s'enracine dans le sentiment de vivre une injustice grave (qui n'a pas besoin d'être très précise ; cela peut être simplement la conviction que « la vie est trop dure »). D'autre part, la dépression résulte du sentiment d'impuissance face à cette injustice. Il s'agit d'une généralisation de la pitié de soi : « Pauvre de moi, je souffre et je n'y peux rien ! »
- Le sentiment de vivre une situation profondément injuste et donc insupportable peut s'enraciner dans les trois mêmes optiques que les dépendances. Il convient d'en identifier la racine en vue d'apporter de l'aide.
- Cette explication est toutefois très simpliste. La dépression est un sujet très compliqué où même les spécialistes se cassent souvent les dents. Le document « **La dépression** » donne plus d'informations, mais même la lecture de ce document ne suffira pas pour en faire un spécialiste.
- La dépression se fait toujours par vagues. La durée des cycles est variable selon la personne mais ils sont toujours là. Il n'y a pour ainsi dire aucun espoir de faire un vrai progrès quand la personne est « en bas » ; on ne peut qu'encourager et accompagner, en vue de « maintenir » la personne. C'est dans les périodes d'amélioration (qu'il ne faut pas prendre pour une résolution durable) qu'on peut traiter plus sérieusement la situation en vue d'une véritable modification de la façon de penser et donc avancer vers une résolution à long-terme. Ainsi, le prochain « creux » sera peut-être moins profond et moins long, ce qui permettra de poursuivre une résolution durable encore plus à la sortie du « creux ». Avec suffisamment de patience, on arrive souvent (mais non systématiquement) à une amélioration durable.

### 2) Compassion, écoute, conseils

- La compassion et l'écoute sont essentielles comme dans tout autre cas de relation d'aide. Comme la personne en dépression a le sentiment d'impuissance face à la situation injuste qu'elle vit, le fait de savoir que quelqu'un est au courant et veut aider comptera pour beaucoup.
- Dans la partie basse du cycle de dépression, il est difficile de faire plus. Ce n'est pas un mal de donner des conseils (s'ils sont bons) mais il y a peu de chances qu'ils soient compris et encore moins de chances qu'ils soient appliqués. Mais la compassion et l'écoute constituent la meilleure manière de maintenir la personne pendant ce « creux » pour éviter qu'elle sombre dans l'alcoolisme ou la drogue, qu'elle gâche sérieusement ses

relations avec d'autres, ou qu'elle se suicide.

- Les conseils les plus utiles adressent la racine de la dépression, c'est-à-dire cette impression d'être impuissant face à une injustice généralisée dans la vie. La solution pour les deux se trouve en Dieu : il nous aime, il veut notre bien-être, il est capable de faire son œuvre dans nos vies quelles que soient les injustices que nous affrontons. Les sujets les plus applicables sont développés dans les sections consacrées à l'insécurité dans « **Théologie de la relation d'aide** » et, surtout, le document de base : « **Introduction à la relation d'aide** ». Le but sera d'amener la personne à se focaliser sur la bonté et la suffisance de Dieu plutôt que sur ses propres problèmes.
- Dans le contexte de l'encadrement de la jeunesse, il est rarement possible de faire un suivi à long-terme et peu d'animateurs sont suffisamment formés en relation d'aide pour aborder un sujet aussi compliqué que la dépression. De ce fait, il est utile d'essayer d'encourager les jeunes qui souffrent de dépression à se faire aider par un pasteur ou une association spécialisée. L'avantage de se faire conseiller par un pasteur est que, le plus souvent, ce n'est pas payant : c'est une partie de son ministère. L'inconvénient, c'est que beaucoup de pasteurs ne sont pas plus formés pour gérer la dépression que les animateurs de jeunesse.
- Même si on arrive à faire suivre le jeune par un pasteur, il est très utile de maintenir le contact par la suite, de prendre des nouvelles de temps en temps, et de continuer de faire preuve de compassion et d'écoute. Pas besoin d'être grand spécialiste pour faire part de sa confiance dans la bonté de Dieu, et ce sera toujours encourageant pour le jeune.

### 3) **Véritable tendance suicidaire ou cri d'alarme — deux approches différentes**

- Peu de choses feront plus peur à ceux qui encadrent la jeunesse (surtout s'ils sont relativement jeunes eux-mêmes) qu'un jeune qui indique qu'il veut mettre fin à ses jours. C'est l'échec ultime et irréversible.
- La « bonne » nouvelle (ou du moins : « nouvelle un peu moins effrayante »), c'est que la majorité des jeunes qui parlent de suicide n'ont pas vraiment le désir de mettre fin à leurs jours. Ils veulent simplement attirer l'attention sur eux et leur souffrance. C'est le cas même avec certains « tentatives de suicide », où le but était simplement de faire comprendre aux autres qu'ils trouvent la vie insupportable et ils veulent que ça change — et que d'autres les aident pour que ça change. Ce n'est pas pour autant qu'il ne faudrait pas prendre cela au sérieux, toutefois ; au contraire, c'est extrêmement sérieux et sans intervention efficace cela peut s'aggraver pour devenir réellement un désir de mourir.
- Les deux cas de figure demandent deux approches légèrement différentes. Dans les deux cas, il faut traiter le problème de fond et redonner envie au jeune de vivre. La dépression est la cause principale des tendances suicidaires (avec le harcèlement qui vient en deuxième position, en ce qui concerne les jeunes en tout cas) ; l'intervention de base en ce qui concerne le suicide relève de la manière de gérer la dépression. Mais quand il s'agit d'une véritable tendance suicidaire et non uniquement d'un cri d'alarme, il y a aussi urgence à soutenir le jeune à travers la situation immédiate, sachant que le désir de se suicider est rarement durable. Cela existe, mais le plus souvent si on peut encourager le jeune à travers le moment de crise, la tendance suicidaire s'estompera en grande partie, ce qui donne du temps pour traiter le problème de fond.

### 4) **Compassion, écoute, conseils**

- De toute façon, les trois éléments de base de la relation d'aide s'appliquent pleinement dans les tendances suicidaires aussi. Ce dont le jeune a le plus besoin, c'est d'avoir l'impression qu'il est important pour quelqu'un, que quelqu'un est disposé à l'écouter et essayer de comprendre ce qu'il vit et pourquoi il ne peut pas supporter cela. La compassion et l'écoute viennent donc en tout premier lieu.
- Pour ce qui est des conseils, la personne qui encadre la jeunesse peut se sentir rapidement dépassée face aux tendances suicidaires. Surtout, s'il s'agit d'aller au-delà de la compassion et l'écoute, pour essayer de résoudre le problème à sa racine (ce qui est

pratiquement le seul espoir d'une solution durable), il est facile de se trouver démuné. Mais des mots d'encouragement, dans le contexte de la compassion et l'écoute, peuvent déjà aider beaucoup.

#### **5) Les aides extérieures : églises, associations...**

- Il existe des associations spécialisées pour aider les jeunes qui songent au suicide. Les églises aussi, ont peut-être des gens qui peuvent aider, ou au moins des gens qui savent vers qui se tourner.
- Il est important, dans un tel contexte, d'apporter de l'aide sur le plan spirituel, certes. Mais il est absolument essentiel de ne pas s'en tenir là. Penser qu'on a fait tout ce qu'il faut simplement parce qu'on a expliqué l'Évangile et invité le jeune à se convertir ne suffit pas. Le Seigneur intervient souvent dans le monde à travers les gens compétents qu'il a équipés pour intervenir. En clair cela veut dire : oui à l'annonce de l'Évangile, mais il faut aussi encourager fortement le jeune à se laisser conseiller par une personne formée spécialement pour ce genre de situation. Si les deux peuvent se combiner, si le spécialiste qui va suivre le jeune en relation d'aide est capable aussi de le faire dans une optique qui découle de l'Évangile, c'est l'idéal.

### **Une nouvelle orientation spirituelle**

#### **1) Annonce de l'Évangile et liberté de choix**

- En tant qu'Évangéliques, nous sommes profondément convaincus que l'Évangile apporte une véritable solution à l'être humain, et que nous avons non seulement le droit mais même le devoir d'en faire part à qui veut l'entendre. Et c'est vrai, même dans une république laïque.
- La liberté d'annoncer l'Évangile de Jésus-Christ est d'autant plus importante que chacun a le droit d'être informé des enjeux avant de prendre une décision en quoi que ce soit. Essayer de nous interdire le droit d'annoncer l'Évangile, c'est vouloir que les gens soient ignorants.
- En même temps, dans une république laïque, chacun est libre de choisir sa propre orientation sur le plan spirituel. Personne ne doit être contraint d'accepter telle ou telle orientation spirituelle. Personne ne doit subir une pression particulière dans ce sens non plus. Cela inclut notamment une menace, même tacite (comme par exemple le fait d'être privé des mêmes avantages que d'autres), mais aussi une manipulation émotionnelle ou psychologique. Les lois de la république interdisent tout ce qui enlève ou réduit la pleine liberté de chacun de choisir ses propres convictions.
- Cela est parfaitement en accord avec nos convictions spirituelles. Nous pouvons accueillir de manière enthousiaste ce refus de la contrainte ou la de la manipulation, car l'Évangile doit être accepté librement. Si ce n'est pas libre, ce n'est pas une vraie acceptation.
- Il est donc très important, dans le respect des principes de la république mais aussi dans le respect de nos propres convictions spirituelles, de respecter pleinement le droit des jeunes que nous encadrons d'accepter ou non notre message spirituel. Nous avons pleinement le droit d'informer chacun du message de Jésus, puis d'encourager chacun à réfléchir sur la pertinence de ce message. Mais nous ne devons pas mettre une pression particulière sur les jeunes, et nous ne devons pas récompenser ceux qui « se convertissent » (car le fait de les récompenser prive ceux qui ne se convertissent pas de cette récompense et constitue donc une menace implicite : « Si tu ne te convertisses pas, tu n'auras pas cela »).
- Notre amour pour chacun, un amour qui n'est pas conditionné sur le fait d'accepter notre orientation spirituelle, est un des facteurs justement qui crédibilisera notre message.



Évitons donc soigneusement toute tentation de favoriser de quelque manière que ce soit ceux qui sont d'accord avec nous sur le plan spirituel. Dieu les aime tous ; à nous d'en faire autant.

## 2) L'Évangile n'est pas un remède immédiat à tout

- Il est toujours tentant, surtout vis-à-vis des jeunes « à problème », de penser (et même de leur dire) que s'ils donnent leur vie au Seigneur, tout s'arrangera. Ce n'est pas le cas.
- D'une part, dans la mesure où les problèmes qu'ils vivent ont un aspect qui vient de l'extérieur de leur propre personne (abus, harcèlement, situation de vie insupportable...), il n'y a aucune garantie que cette situation s'arrangera s'ils se donnent au Seigneur. On pourrait dresser une liste aussi longue qu'on veut de personnes fidèles au Seigneur et qui ont continué de subir des situations injustes ou pénibles. Rien que la liste qui se trouve dans Hébreux 11.35-38 montre combien de personnes qui ont toutes un « bon témoignage de leur foi » comme il est dit dans le verset 39, peuvent continuer de vivre des situations difficiles même après une conversion réelle.
- D'autre part, même en ce qui concerne les problèmes qui viennent de l'intérieur, c'est-à-dire de ce que la personne fait elle-même, toutes les habitudes de vie ne changent pas du jour au lendemain à la conversion. Parfois il faut des années pour que certaines attitudes profondes soient modifiées. En attendant, les mauvaises habitudes de comportement, de pensées et d'attitudes peuvent continuer de provoquer des sur-problèmes.
- Il est même possible que la promesse d'une délivrance immédiate et presque miraculeuse puisse être contre-productive dans la vie d'un jeune. Si le jeune « prie pour accepter le Seigneur » et la situation ne s'arrange pas, il lui serait facile de croire que cela montre que l'Évangile n'est pas une solution qui en vaut la peine.
- Essayons donc d'annoncer l'Évangile comme un « plus » dans la vie (parce qu'il l'est), sans donner de faux espoirs de solutions immédiates. « Donne ta vie au Seigneur et ta dépression disparaîtra, tu seras dans la joie tous les jours » n'est pas forcément vrai. « Donne ta vie au Seigneur et tes difficultés ne disparaîtront pas forcément, mais au moins tu pourras les affronter avec le Seigneur, en comptant sur son amour quoi qu'il arrive » est beaucoup plus juste.

## 3) La véritable nature de l'Évangile

- Si l'Évangile ne nous délivre pas forcément de toutes nos difficultés dans la vie, il est important de savoir ce que l'Évangile nous apporte. Cela nous permettra de l'annoncer avec beaucoup plus de précision et d'éviter de fausses promesses qui ne se réaliseront pas forcément.
- A la différence de la religion humaine (qui nous dit que si nous faisons ce qu'il faut, nous pouvons avoir droit à telle ou telle bénédiction de la part de Dieu), l'Évangile de Jésus-Christ se focalise sur le domaine spirituel. Il se résume d'une manière très simple : « Jésus nous sauve du péché » (voir par exemple Matthieu 1.21, Jean 1.29, 1 Timothée 1.15, ou encore 1 Jean 1.7). Cette phrase met en avant trois vérités fondamentales qui sont au cœur de l'Évangile :
- C'est **Jésus** qui nous sauve du péché. C'est son œuvre et non la nôtre. Le salut nous est accordé par grâce et non en fonction de nos œuvres ou notre mérite. Entre autres, cela veut dire que c'est disponible à tous, y compris les « plus mauvais », puisque ce n'est pas nous qui mettons en place ce salut.
- Jésus nous **sauve** du péché — il ne se limite pas à nous pardonner. Le pardon, c'est reconnaître qu'il y a un défaut chez quelqu'un et choisir de ne pas le rejeter pour cela. Le pardon existe, heureusement. Mais un pécheur pardonné est toujours un pécheur. Le but ultime de l'Évangile n'est pas uniquement de nous pardonner, mais de nous **délivrer** du péché (« Voici l'Agneau de Dieu qui *ôte* le péché du monde »). Certes, cela se fait progressivement et ne s'achèvera jamais de manière parfaite tant que nous sommes dans cette vie actuelle. Mais c'est néanmoins le but qui nous attend le jour où nous « entrerons

dans sa présence, devenus saints, sans défauts et sans reproches » (Colossiens 1.22).

- Jésus nous sauve du **péché**. Là où la religion se focalise sur la manière de nous délivrer de nos difficultés de vie, l'Évangile se focalise sur le problème spirituel dans le fond de nos propres cœurs. La religion veut améliorer la situation que nous vivons ; l'Évangile veut améliorer nos cœurs tordus par le péché.
- Tous ces thèmes sont développés dans bien plus de détails dans le document « **L'homme, le péché et la pensée de Dieu** » ou, sous forme de livre, « L'homme, le mal et la pensée de Dieu » (disponible par n'importe quelle librairie chrétienne). Le message qui libère l'homme n'est pas un message de prospérité et bien-être. C'est un message de sainteté, qui nous met en règle avec Dieu.

#### 4) Au cœur du combat spirituel

- Dans l'approche de jeunes confrontés à des problèmes personnels, il y a souvent une dimension spirituelle. Mais ce combat spirituel n'est pas forcément là où on pense. Ce n'est pas du tout dit qu'il y a des « liens » spirituels ou quelque chose de ce genre qui provoquent les troubles chez la personne.
- Il peut être très dangereux pour des personnes mal-affermies sur le plan spirituelle d'essayer de « chasser des démons ». La relation d'aide est avant tout une question d'écoute, de compassion et de conseils.
- Il y a néanmoins un combat spirituel qui nous concerne tous de très près et qui est souvent négligé, y compris — voire surtout — dans certains milieux très portés sur le « combat spirituel ». Ce combat spirituel de base est très bien décrit dans 2 Corinthiens 10.3-5 : « *Si nous marchons dans la chair, nous ne combattons pas selon la chair. Car les armes avec lesquelles nous combattons ne sont pas charnelles, mais elles sont puissantes devant Dieu, pour renverser des forteresses. Nous renversons les raisonnements et toute hauteur qui s'élèvent contre la connaissance de Dieu, et nous amenons toute pensée captive à l'obéissance au Christ.* »
- Le combat d'idées est le combat spirituel qui nous confronte le plus souvent. Satan a mis dans la pensée humaine, depuis le Jardin d'Éden, la notion qu'il ne faut pas faire confiance à Dieu, qu'il ne faut pas lui obéir et se laisser diriger par lui, que se sera mieux pour l'homme de faire ses propres choix et diriger sa propre vie. C'est un mensonge, mais les implications de ce mensonge sont partout présentes dans notre monde — dans les livres que nous lisons, les films que nous regardons, les publicités que nous entendons, et les propos de ceux que nous admirons.
- Ce combat est à mener d'abord dans nos propres pensées, et ensuite dans les pensées des autres par le message que nous pouvons annoncer.
- Il n'est pas possible de remplacer le mensonge avec la vérité si on ne connaît pas la vérité. Si nous voulons renverser les raisonnements qui s'opposent à la connaissance de Dieu, nous devons nous remplir de la seule source de vérité fiable : « *Sanctifie-les par la vérité : ta parole est la vérité* » (Jean 17.17). Apprendre de plus en plus le message de la Bible est un aspect extrêmement important du combat spirituel car c'est le premier moyen de remplacer les raisonnements qui s'opposent à la connaissance de Dieu avec des vérités qui nous aident à nous rapprocher toujours plus de lui.
- Les troubles d'ordre spirituel peuvent déstabiliser un jeune tout autant que des troubles d'ordre psychologique. Si le jeune est réceptif, nous pouvons apporter une aide véritable en expliquant le vrai sens de l'Évangile (tout en gardant à l'esprit la pleine liberté qu'il a de l'accepter ou non).
- La limite entre la relation d'aide et l'enseignement biblique n'est donc pas étanche. Communiquer la Parole de Dieu, et expliquer comment vivre ces principes, fait partie d'une relation d'aide efficace.

## Quand il faut alerter d'autres

### 1) Le plus souvent, le jeune ne voudra pas qu'on en parle

- Parfois, l'aide la plus pratique et la plus utile que nous pouvons apporter à un jeune, c'est d'alerter quelqu'un sur la situation — quelqu'un qui peut aider, ou qui a besoin de savoir ce qui se passe.
- Le plus souvent, les jeunes ne veulent pas qu'on en parle. C'est même souvent une condition tout au départ : « Je vais te dire quelque chose, mais tu dois me promettre que tu ne le diras à personne ».
- Une des raisons les plus courantes de cette attitude est la crainte des représailles. Le jeune a peur de ce qu'on va lui faire si cela se sait qu'il a dit à quelqu'un d'autre ce qui se passe.
- Parfois aussi, surtout dans le cas d'abus dans le cadre familial, il ne veut pas qu'on fasse du mal à la personne qui l'abuse. Il veut simplement que l'abus s'arrête. « *Je ne veux pas que mon papa aille en prison !* »
- Il vaut mieux ne pas faire une promesse qu'on ne pourra pas forcément tenir. Plutôt que de dire : « Je promets que je n'en parlerai jamais à personne », il est mieux de dire « Je promets que je respecterai la confidentialité tant qu'il n'y a pas une obligation légale de le faire. » (Mais une telle promesse sous-entend qu'on sait quand il y a une obligation légale ; elles sont plus nombreuses qu'on ne le pense.)
- Informer quelqu'un d'autre n'est pas la première chose à faire pour autant. La compassion, l'écoute et l'établissement de la confiance doivent se faire en priorité. De toute façon, on ne peut pas informer quelqu'un d'une manière utile tant qu'on ne sait pas de quoi il s'agit, en détails. Commençons donc par écouter.

### 2) Inciter le jeune à en parler

- Une fois qu'on connaît suffisamment la situation, si on constate qu'il serait utile — voire essentiel — que quelqu'un d'autre en soit informé, la première chose à faire est d'inciter le jeune à en parler lui-même. Cela évitera de lui donner l'impression qu'on a trahi sa confiance, même si on n'avait pas le choix devant la loi.
- Pour y arriver, il faut encourager et rassurer. Souvent, les jeunes ignorent complètement ce qui va se passer, et s'imaginent le pire. Parfois, il faut s'engager à l'accompagner dans la démarche.
- Si on peut régler une partie du problème avant d'informer d'autres, c'est encore mieux. Si on peut régler le tout sans impliquer une autre personne dedans, c'est le top. Il y a bien des cas où ce n'est pas du tout obligé d'informer qui que ce soit, ni même d'inciter le jeune à le faire.
- S'il s'agit d'un comportement illicite (vis à vis de la loi, ou des règles de l'établissement), il est parfois utile de faire comprendre au jeune que cela ne restera pas éternellement secret. Il croit peut-être que cela ne se saura jamais, mais tôt ou tard, presque tout se découvre. Il serait donc utile pour lui de prendre les devants et avouer ce qu'il en est. Les conséquences seront presque toujours nettement moins graves suite à un aveu que quand la situation a été découverte par un autre moyen.

### 3) Quand il faut alerter

- Il faut distinguer entre plusieurs cas de figures en vu de savoir si, oui ou non, il faudrait informer quelqu'un d'autre :
- Il y a d'abord **le cas où il ne le faut pas** : c'est quand une telle information trahirait la confiance sans raison valable. Sauf cas particulier, les personnes qui encadrent la jeunesse ne sont pas couvertes par le secret professionnel. Néanmoins, il est très fortement souhaitable d'agir comme si c'était le cas. Cela veut dire que si le jeune ne le veut pas, et s'il n'y a pas de contrainte qui l'oblige pour une raison ou une autre, on ne le fait pas. Cela inclut le fait de le dire à quelqu'un d'autre, tout en demandant à l'autre de

ne pas le dire. Je suis moi-même pasteur, mais le secret professionnel m'empêche de faire part des confidences de ceux qui me consultent même auprès d'un autre pasteur. Le fait qu'il serait lié par le secret professionnel, lui aussi, n'y change rien. Si je veux me faire conseiller, je dois parler du cas d'une manière suffisamment indirecte que la personne à qui je parle ne pourrait pas du tout identifier de qui il s'agit.

- Il y a ensuite ***le cas ou c'est permis de le faire*** : c'est quand le jeune est d'accord. Mais dans ce cas, l'information ne doit pas aller plus loin que l'autorisation. Si le jeune accepte que j'en parle au directeur, par exemple, je ne dois pas en parler aux autres animateurs.
- Il y a finalement ***le cas où c'est obligatoire de le faire***. Deux circonstances peuvent conduire à ce cas : les infractions et les risques pour des personnes. Mais pour les deux, c'est une question de gravité. En cas de doute sur la sévérité d'un risque ou une infraction, ***se renseigner*** sans, pour l'instant, révéler de qui il s'agit. Notons aussi que le désir n'est jamais une infraction. Il peut être un risque, pourtant, dans certains cas. « J'ai envie de fumer un joint » n'est pas une infraction et ne justifie pas le fait d'alerter les autorités. « J'ai envie de tuer celui-là », en revanche, peut constituer un véritable risque, si le désir semble suffisamment réel et concret. Un jeune qui lutte avec un désir a besoin d'être aidé (compassion, écoute, conseils) mais ce n'est pas une raison d'informer forcément ses parents ou le directeur du séjour, s'il ne le veut pas.

#### 4) Qui alerter

- Quand il s'agit du cas où le jeune est d'accord pour parler avec quelqu'un d'autre, ou d'accord au moins que quelqu'un d'autre soit au courant (par exemple pour donner des conseils sur la manière de gérer la situation), la personne à mettre au courant est la personne qui peut aider. Il peut s'agir de quelqu'un d'autre dans l'encadrement, d'un pasteur (sans forcément que ce soit ***son*** pasteur), un responsable de son groupe de jeunes, un spécialiste pour le type de problème dont il est question... à voir selon la situation.
- Quand il s'agit du cas où c'est obligé d'informer quelqu'un, il faudrait informer le jeune que ce sera fait. Même s'il n'est pas d'accord, la suite se passera mieux que s'il ne le découvre que plus tard, alors qu'il pensait que ça n'irait pas plus loin. Cela donne aussi l'occasion d'expliquer ***pourquoi*** il est nécessaire d'informer quelqu'un.
- S'il s'agit d'un risque, la personne à alerter dépend de la nature du risque. Dans un cas précis et grave, comme par exemple un jeune qui est régulièrement victime d'abus sexuels ou de violences physiques à la maison, il est obligatoire d'informer les autorités. Comme cela a été dit dans la section sur les abus, cela peut être le 119 ou, encore mieux, une association d'aide aux victimes. Dans les deux cas, ils peuvent conseiller sur les démarches à suivre. Ceci est absolument essentiel, pour la protection du jeune.
- S'il s'agit de risque pour une autre personne (un jeune qui te confie par exemple qu'il a entendu d'autres qui se préparent à tabasser quelqu'un), en plus d'alerter les autorités, il sera peut-être nécessaire d'alerter la personne qui est en danger, ou ses parents.
- Dans le cas d'une infraction suffisamment grave qu'il ne suffit pas de lui dire qu'il ne faut plus le faire, la personne à informer dépend de l'infraction. Même en cas d'infraction légale, ce n'est pas forcément obligé d'informer la police. (La police dira que si, mais c'est parce que c'est leur travail.) Un jeune qui fume du cannabis, par exemple, n'a pas forcément besoin d'être dénoncé sur le plan légal. (Cela étant dit, il faut qu'il comprenne que s'il continue, cela finira forcément par venir aux oreilles des autorités.)
- Si le jeune fait partie d'un séjour officiel (par exemple un camp de jeunes), il faut savoir que le directeur est légalement responsable devant les parents et les autorités publiques de tout ce qui se passe dans le séjour. S'il y a une infraction, il est essentiel qu'il soit au courant. Il ne faut pas qu'il apprenne des parents, par exemple, qu'un jeune est rentré en disant qu'il avait été abusé par d'autres pendant le camp, ou qu'un autre jeune lui a proposé de fumer un joint. Dans certains cas, c'est possible de ne pas dire qui est concerné, mais ce sera au directeur de prendre cette décision, selon la gravité de

l'infraction et son choix sur la manière de gérer la situation.

- Si le problème d'un jeune implique d'autres jeunes, c'est au directeur de le signaler aux familles concernées mais dans ce cas il doit être au courant.
- Certains problèmes sont à signaler à Jeunesse et Sports aussi. De nouveau, c'est au directeur de le faire (et de décider s'il faut le faire), ce qui veut dire qu'il a besoin d'être au courant.
- De toute façon, s'il s'agit d'une infraction ou risque suffisamment grave qu'il faut alerter des autorités extérieures, il est absolument essentiel que le directeur soit au courant. Le plus souvent, ce sera à lui d'alerter les autorités.
- S'il y a abus d'un jeune par un des responsables, il ne faut surtout pas essayer d'étouffer l'affaire. Il est essentiel de ne pas garder cette personne dans les responsables et, s'il y a eu un abus suffisamment sérieux, de le signaler aux autorités. Ceci concerne notamment des violences physiques ou des abus sexuels.
- Si le problème se passe dans une structure non officielle (un groupe de jeunes d'église, par exemple), c'est au responsable ou au pasteur d'assumer le rôle de directeur dans un séjour officiel. Les mêmes conseils sont donc à appliquer.

## Quelques consignes pratiques sur la relation d'aide

### 1) Le contexte

- Nous n'allons pas essayer ici d'aborder tous les aspects pratiques de la relation d'aide, mais quelques consignes peuvent éviter bien des problèmes :
- D'une manière générale, il est souhaitable qu'une fille (enfant ou adolescente) soit suivie par une femme et un garçon par un homme. Cela est d'autant plus le cas s'il n'y a pas une très grande différence d'âge.
- Il ne faut pas se trouver en isolation avec le jeune. C'est tentant, en vue de la confidentialité, mais cela pose d'énormes risques (il n'y a aucune manière de prouver qu'on n'a pas abusé du jeune d'une manière ou d'une autre, en cas d'accusation — et il faut savoir que cela existe). Le mieux est de se mettre à part, mais quelque part où on est visible. Si d'autres s'approchent, il suffit de leur dire gentiment qu'il s'agit d'une discussion privée. Dans un contexte où cela peut se faire dehors, c'est relativement facile. A l'intérieur c'est parfois plus difficile, selon la configuration des bâtiments, mais il faut chercher moyen de le faire. (Il est à noter que cette consigne ne s'applique pas de la même manière avec des personnes majeures.)
- Il n'est pas du tout obligé de pratiquer la relation d'aide seul-à-seul. Si le jeune est d'accord, la présence d'une autre personne peut être utile, soit pour éviter de s'isoler avec le jeune, soit pour apporter un point de vue supplémentaire. Dans de tels cas, il est évident que les deux doivent appliquer les mêmes règles de confidentialité.
- Quoi qu'il en soit, il vaut mieux éviter le contact physique. C'est un geste naturel et rassurant, mais qui peut être mal interprété, soit par le jeune soit par des observateurs.

### 2) La fréquence

- Certaines situations se règlent en une seule séance. Il n'y a pas besoin de parler de « fréquence ».
- D'autres fois, il faut du temps pour approfondir. La fréquence dépendra de la situation, de l'urgence du problème, et d'un tas d'autres facteurs. On ne peut pas donner une règle fixe.
- Attention toutefois à ne pas se laisser piéger par des jeunes qui veulent simplement éviter certaines activités. Si un jeune a toujours « besoin de parler » juste quand c'est le moment de ranger la cabane, on est en droit de se demander si on a trouvé la bonne fréquence pour les discussions.

### 3) Garder des traces

- Ce n'est pas une obligation de garder des traces des discussions, mais ce n'est pas interdit non plus. Une personne qui a une discussion une fois avec un jeune n'a pas forcément besoin de revenir dessus, donc ce n'est pas forcément utile de garder une trace écrite. Mais même dans de tels cas, cela peut parfois être utile.
- Dans les cas où il y a besoin d'un suivi à long-terme, des traces écrites sont très utiles : on y retrouvera ce qui a été dit, quand, quelles ont été les réactions, et ainsi de suite. Cela permet entre autres de mieux constater l'évolution.
- Il est absolument essentiel, toutefois, de s'assurer que ces traces écrites ne puissent pas tomber entre les mains des autres. Personnellement, je garde des traces des personnes que je suis en relation d'aide à l'ordinateur, dans des fichiers protégés par des mots de passe pratiquement impossibles à trouver (mais que je peux retrouver moi-même facilement). De cette manière, même s'il devait m'arriver quelque chose, personne ne va fouiller dans mon ordinateur par la suite et découvrir ce qui a été dit en toute confiance par une personne qui pensait que cela n'irait pas plus loin que nous deux.