



«Elle viendra chez nous, la guerre?»



Des enfants ont participé à la manifestation à Genève. Philip Jaffé recommande aux parents de ne pas révéler leurs propres peurs au risque de démultiplier l'angoisse de leur progéniture.» Magali Girardin

ÉMILIE GHIDONI

TÉMOIGNAGES

Pour beaucoup de parents, faire comprendre cette crise complexe et anxiogène à leur progéniture se révèle difficile.

Comment expliquer la guerre aux plus petits? Si vous avez des enfants en bas âge, la question se pose. L'actualité internationale ne leur échappe pas et peut parfois avoir un impact psychologique. Pour beaucoup de parents, expliquer le conflit en cours en Ukraine et ses raisons devient alors un véritable défi.

«Elle a peur que Poutine envahisse la Suisse»

Depuis jeudi, Maria* tente de rassurer sa fille. Âgée de

8 ans, celle-ci semble très affectée par l'invasion russe. «Elle est angoissée depuis qu'elle a entendu qu'il y avait une guerre en Europe, déplore la jeune mère. Je lui ai expliqué que ce n'était pas chez nous, mais elle craint quand même que Poutine envahisse la Suisse.» En regardant sa fille courir sur une place de jeu lausannoise, elle nous confie qu'elle peine à la tranquilliser, alors qu'elle-même s'inquiète de la situation.

Il faut essayer de vulgariser l'actualité avec les moyens du bord. Émilie Graff habite à Genève, à côté du parc La Grange, où Vladimir Poutine et Joe Biden s'étaient rencontrés en juin 2021. Lorsque sa fille Manon l'a vue écouter avec inquiétude la radio jeudi dernier, elle raconte avoir pris les de-

vants. «Je lui ai expliqué que les deux messieurs qui étaient venus discuter dans le parc l'année dernière n'avaient pas réussi à s'entendre. Que maintenant ils se bagarraient et que c'était grave parce qu'ils dirigent beaucoup de monde.»

Après lui avoir garanti que Poutine ne viendrait pas dans sa crèche, elle lui a proposé d'allumer une bougie pour lui montrer que «même si le monde est parfois dégueulasse, on peut toujours faire quelque chose».

Ne pas révéler ses peurs

Pour le docteur Philip Jaffé, professeur au Centre interfacultaire en droits de l'enfant à l'Université de Genève, cultiver la solidarité en temps de crise est une stratégie payante. «Les enfants sont naturellement altruistes, explique-t-il.

Quand on leur raconte qu'une guerre est en cours, il est important de leur montrer qu'ils peuvent faire des dons ou des gestes en faveur des victimes.»

En revanche le psychologue recommande aux parents de ne pas révéler leurs propres peurs, au risque de démultiplier l'angoisse de leur progéniture. «Les enfants aiment avoir le sentiment que les adultes maîtrisent la situation. Il faut bien leur montrer que tout conflit a un début, un milieu, mais surtout une fin», souligne-t-il. Il convient donc d'éviter de parler d'une «troisième guerre mondiale» ou d'utiliser d'autres termes alarmistes. **Attention aux réseaux sociaux**

Avec les adolescents, il y a moins besoin de prendre des



précautions. Souvent très informés, ils abordent le sujet spontanément avec leurs parents. «Mes deux fils aînés ont 14 et 15 ans. Ils sont très choqués par ce qui se passe et m'en parlent beaucoup», raconte Laetitia Marguerat. Cette Chilienne d'origine a donc entrepris de leur racon-

ter ce qu'est une dictature, en faisant appel à la mémoire de son pays. «On en parle de manière très ouverte, ça me permet de leur montrer ce qu'est le nationalisme radical. Je leur dis aussi de faire attention à ne pas croire tout ce qu'ils voient sur les réseaux sociaux.»

Le docteur Philip Jaffé abonde dans son sens: «Il est important de s'assurer qu'ils fassent preuve d'esprit critique. Les ados sont très exposés aux *fake news*.» Il estime aussi que, contrairement aux enfants en bas âge, ceux-ci peuvent tout à fait discuter du conflit de manière fac-

tuelle et sans tabou. «Après tout, c'est de leur avenir qu'il s'agit, rappelle Laetitia. Autant écouter ce qu'ils ont à dire.»

** Nom connu de la rédaction*