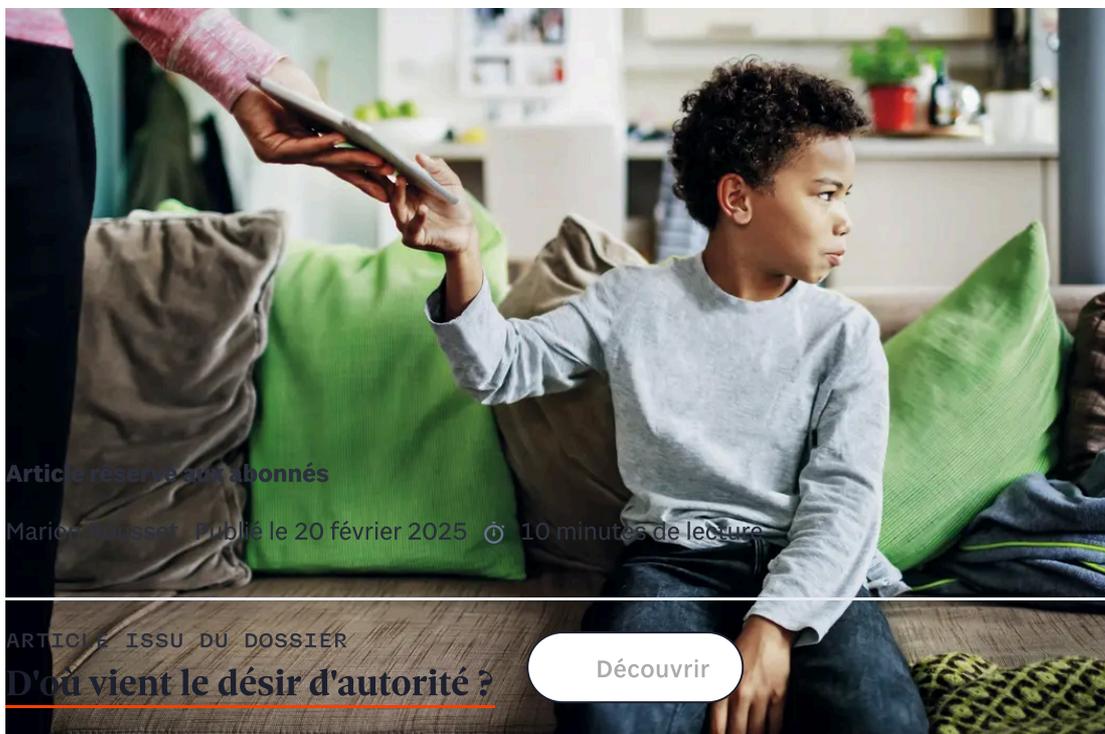


**Psychologie** Autisme**REPORTAGE**

# Dans la maison des parents perdus

En banlieue parisienne, l'institut Pi-Psy propose des séances de guidance parentale aux familles démunies face à des enfants tyranniques. Plongée dans une de ces sessions d'entraînement aux « habiletés parentales ».



Article réservé aux abonnés

Marion Roussel - Publié le 20 février 2025 - 10 minutes de lecture

ARTICLE ISSU DU DOSSIER

**D'où vient le désir d'autorité ?**

Découvrir

© Tom Werner/Getty Images

C'est une maison discrète dans une rue pavillonnaire. Tous les mercredis, Cristina prend le volant pour rejoindre cette bâtisse située à Draveil, en Essonne, où a élu domicile l'institut Pi-Psy qui propose des séances de « guidance parentale » aux familles. L'épuisement se lit sur

son visage chiffonné aux paupières gonflées. Cette fois, Cristina n'a pas réussi à retenir ses larmes devant son fils de 11 ans qui hurlait pour ne pas s'habiller. Coutumier de telles crises, Jules (le prénom a été modifié) est atteint d'un TDA/H (trouble déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité) sévère, doublé d'un trouble oppositionnel avec provocation. Se brosser les dents, sortir la chienne, se mettre au lit... Chaque rituel de la vie quotidienne donne lieu à des accès de violence qui éreintent ses parents. « *On lui a installé un punching-ball dans sa chambre, mais il préfère se défouler sur nous...* » Parfois même physiquement. La veille, Cristina a reçu un coup de pied dans la poitrine. Une gifle est alors partie toute seule. « *Je n'ai pas envie de maltraiter mon fils, mais je suis comme une toxicomane : je tiens bon et puis il y a toujours un moment où je finis par craquer. Heureusement que cet endroit existe. Je repars avec des outils qui m'aident à temporiser.* »

La séance du jour a justement pour thème l'autorité. Plusieurs mères (et un seul père) déposent leur enfant au rez-de-chaussée à l'atelier qui leur est réservé, avant de prendre place dans une salle exiguë, à l'étage. Deux psychologues cliniciens les y attendent. François Vialatte, docteur en neurosciences cognitives, prend la parole. « *Ça a été pendant les vacances ? Ce n'était pas trop la guerre ?* » Les langues se délient. « *J'ai l'impression d'avoir une grenade dégoupillée à la maison. Je pourrais me reconverter dans le Raid !* », confie Nathalie, non sans ironie, à propos de sa cadette. « *Quand un enfant est débordé par ses émotions, ça nous contamine... Mais certaines stratégies, qui marchent à court terme, aggravent les troubles à long terme* », met en garde le psychologue. Qui veut aider les parents à éviter deux écueils : d'un côté, une éducation trop permissive susceptible de créer des enfants-rois et, de l'autre, un recours à l'autorité qui ne fait qu'alimenter la relation conflictuelle. « *Pour poser des limites à son enfant, lui apprendre à respecter le cadre, sans conforter chez lui les comportements d'opposition, il faut établir des règles claires mais flexibles* », explique-t-il. Des règles adaptées à l'âge et au trouble de l'enfant. Inutile de demander à un tout-petit de revenir dans dix minutes alors qu'il n'a pas la notion du temps, ou d'exiger d'un jeune autiste qui se roule par terre de se calmer. « *Il n'en est pas capable* », insiste François Vialatte.

## **L'autorité mise à mal**

Si les programmes de guidance parentale s'adressent à tous, ils ciblent en priorité les parents dont l'enfant présente un trouble neurodéveloppemental. À commencer par le TDA/H et le trouble du

spectre autistique, associés à une intolérance à la frustration, des difficultés à respecter une consigne, des crises d'agressivité... « *L'autorité est souvent la première plainte des familles qui n'arrivent pas à gérer de telles situations* », observe le psychiatre Richard Delorme, responsable du service de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent au sein de l'hôpital parisien Robert-Debré où il anime un programme d'entraînement aux habiletés parentales pour faire face au diagnostic de TDA/H. « *Du fait de leur hyperactivité, ces enfants peuvent se montrer très provocateurs*, relève-t-il. *Face à un garçon qui a du mal à s'endormir, mange debout, se bagarre, part au quart de tour, les parents peuvent avoir l'impression que leur autorité est défiée.* » Et être tentés d'élever la voix ou de donner une fessée... au risque d'alimenter l'escalade. Un cercle vicieux dont il est compliqué de sortir sans aide. D'où l'intérêt de renforcer les compétences des parents, pour leur apprendre à composer avec le tempérament de leur progéniture. « *Au lieu d'imposer des règles de manière autoritaire, il est possible de motiver les changements chez l'enfant en récompensant les comportements adaptés, quand il se brosse les dents, dit un mot gentil à sa sœur...* », plaide Richard Delorme.

Mis en place il y a plus de vingt ans à l'hôpital Robert-Debré, ce projet s'inspire d'une méthode pionnière développée en 1987 par le psychologue américain Russell Barkley pour aider les familles d'enfants hyperactifs. Ce n'est pas la seule, loin de là. Le CHU Saint-Éloi de Montpellier a par exemple créé un programme fondé sur la « résistance non violente » pour les parents d'enfants tyranniques. « *On parle d'enfant à comportement tyrannique lorsque la hiérarchie familiale est inversée : l'enfant prend le pouvoir dans le foyer familial et les parents sont entravés dans leur prise de décision et d'action. Ce comportement, à différencier du phénomène de l'enfant-roi, ne relève pas de carences éducatives ou d'un manque de limites* », souligne Susana Rivas, vice-présidente de l'association REACT, créée par des parents en 2018. Adaptation de la stratégie du Mahatma Gandhi, cette méthode conçue par Haïm Omer, professeur de psychologie à l'université de Tel-Aviv, mise sur la présence et la proximité.

**« On lui a installé un punching-ball dans sa chambre, mais il préfère se défouler sur nous... »**

S'il récuse l'autorité à l'ancienne, ce partisan de la résistance non violente ne prône pas pour autant une éducation laxiste. Éviter les confrontations inutiles en s'interdisant coups, menaces et jurons n'empêche pas, selon lui, de poser des limites avec une certaine fermeté. « *L'autorité parentale que nous recherchons n'est pas basée sur une plus grande force physique du parent par rapport au jeune, mais sur sa détermination à être de son côté et à ses côtés* », plaide Haïm Omer <sup>①</sup>, adepte d'une nouvelle forme d'autorité. Même son de cloche du côté d'Édouard Gentaz, professeur de psychologie du développement à l'université de Genève, pour qui « *l'autorité n'est pas un mot tabou* » dès lors qu'elle consiste à poser un cadre clair, sans violence. « *La guidance parentale permet d'aider les parents à faire respecter des règles, en adoptant des réponses graduées. Au début, on se contente de froncer les sourcils, mais cela peut aller jusqu'à l'exercice d'une autorité physique, en cas de danger immédiat, pour empêcher l'enfant de traverser la route en courant par exemple .* »

Au-delà de leurs multiples déclinaisons, les méthodes d'entraînement aux habiletés parentales présentent des points communs. En règle générale, les praticiens commencent par informer les familles du fonctionnement de l'enfant, selon son âge, ou de son trouble. Puis ils leur apprennent à gérer leurs propres émotions pour faire d'eux des modèles à imiter, ainsi qu'à valoriser chez leur enfant les comportements souhaités. Pour atteindre leurs objectifs, les programmes d'entraînement aux habiletés parentales (PEHP) transmettent des techniques précises, à la différence des groupes de parole : systèmes de points pour récompenser une action, temps mort (*time out*, en anglais) en cas de conflit... Par ailleurs, beaucoup de professionnels introduisent lors des séances des activités comme le jeu de rôle, ou donnent des exercices à domicile. Il leur arrive aussi d'utiliser des vidéos montrant des parents qui agissent de manière appropriée ou inappropriée, afin de lancer la discussion.

## **Diminution du stress parental**

Quoi qu'il en soit, ces programmes ont prouvé leurs bénéfices. Chez les parents, ils produisent une réduction du stress et une augmentation du sentiment de compétence, ainsi qu'une amélioration de la « chaleur » et une diminution de l'hostilité parentale. Du côté des enfants, les résultats semblent également probants : plusieurs travaux de recherche <sup>②</sup> suggèrent la réalité d'un impact très positif de la guidance parentale sur

les problèmes d'attitude. « *Même si le niveau de preuve n'est pas encore très important, il existe un faisceau d'éléments très encourageants* », déclare la psychiatre Marie-Joëlle Orève, membre de l'équipe du Parcours parents au CHU de Versailles. « *Les PEHP ont des effets à plusieurs niveaux. Ils aident les parents à adapter leurs pratiques parentales face à un enfant qui présente des difficultés comportementales, à améliorer la communication intrafamiliale et à réduire les comportements agressifs et la désobéissance de leurs enfants. Ils diminuent le stress parental, augmentent le sentiment de compétence parentale et améliorent la relation parents-enfant* », résumait Géraldine Maignet, Fleur Lejeune et Édouard Gentaz dans l'article « *Les effets des programmes d'entraînement aux habiletés parentales (PEHP) destinés à prévenir le maintien et l'apparition des troubles du comportement chez les jeunes enfants* » (*Revue de neuropsychologie*, 2021). Reste tout de même un obstacle à surmonter : environ 25 % des parents refusent d'assister à ces programmes et seul un sur deux va jusqu'au bout. « *Principalement parce qu'ils n'en voient pas l'intérêt, ils ne participent pas à ces groupes. Il est donc important de les informer sur l'efficacité de la guidance parentale* », estime François Vialatte.

Ces méthodes à l'efficacité reconnue ont mis du temps à s'implanter en France. « *Si les programmes liés aux thérapies comportementales et cognitives sont arrivés avec retard dans notre pays, c'est d'abord parce que la psychanalyse y a longtemps été hégémonique, mais aussi en raison d'une levée de boucliers contre le TDA/H, accusé d'être une invention de l'industrie pharmaceutique américaine* », estime François Vialatte. Mais le vent tourne. L'essor d'une offre de guidance parentale adaptée dans le champ des troubles du neurodéveloppement fait partie des objectifs de la Stratégie nationale 2023-2027. Quant à la Haute Autorité de santé, elle a publié en juillet 2024 des recommandations de bonne pratique relative au TDA/H qui insistent sur le rôle positif de la guidance parentale : « *Dès qu'on a un doute, même si le diagnostic n'est pas encore posé, c'est le traitement de première intention chez l'enfant opposant qui a un comportement défiant* », pointe Stéphanie Bioulac, cheffe du service de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent au CHU de Grenoble, coauteure du rapport de la HAS.

Toutefois, les listes d'attente sont encore longues, au point qu'il faut parfois patienter plus d'un an avant de pouvoir intégrer un programme. C'est pourquoi Stéphanie Bioulac a mis en place un groupe « flash info » : une séance unique pour aider les parents d'enfants TDA/H à

comprendre cette maladie. « *Il y a vingt ans, ma fille avait rendez-vous et moi, on me recevait de temps en temps pour me dire, en gros, que c'était de ma faute. En tant que maman d'une enfant autiste, j'ai été exclue du parcours de soin* », témoigne Armelle Vautrot, thérapeute à Bourg-lès-Valence, dans la Drôme. Avec une éducatrice, elle a formé un groupe de guidance parentale l'an dernier, pour fournir à d'autres parents les clés qui lui ont tant manqué. Et apprendre à laisser tomber l'armure : « *Pour mettre un terme à un moment qui dégénère, donner un ordre ne marche pas forcément. On peut quitter la pièce, s'extraire. Il faut savoir déposer les armes.* »

---

## D'où vient la guidance parentale ?

**Inspirés des thérapies comportementales et cognitives**, les programmes d'entraînement aux habiletés parentales sont nombreux et hétérogènes. Seuls quelques-uns ont fait l'objet d'une évaluation scientifique fondée sur les preuves, incluant dans l'étude un groupe témoin sans traitement ou avec placebo, et des mesures standardisées évaluant le comportement de l'enfant. Pour les troubles du spectre autistique, la méthode ABA (*Applied behaviour analysis*) fait aujourd'hui figure de référence. Héritée des recherches en psychologie sur le behaviorisme, cette méthode a pris forme dans les années 1960, sous l'égide notamment du Dr. Lovaas qui a mis au point une approche comportementale du traitement de l'autisme. Pour les TDA/H, la plus utilisée est la méthode développée dans les années 1980 par le Dr. Barkley. Ces deux programmes reposent sur un nombre précis de séances, individuelles ou collectives, qui abordent chacune un thème spécifique et proposent des exercices

[Lire la suite](#)

ousset

---

## Notes

- 1 Haim Omer et Uri Weinblatt, « Résistance non violente : guide pour les parents d'adolescents présentant des comportements violents ou autodestructeurs », *Cahiers critiques de thérapie familiale et de pratiques de réseaux*, n° 34, 2005/1.
- 2 J. Dretzke, « The effectiveness and cost-effectiveness of parent training/education programmes for the treatment of conduct disorder, including oppositional defiant disorder, in children », *Health Technol Assess*, décembre 2005.