



Les Violences Éducatives Ordinaires (VEO)

Longtemps considérées comme des méthodes d'éducation "normales" ou "nécessaires" pour le développement de l'enfant, les Violences Éducatives Ordinaires (VEO) sont aujourd'hui au cœur d'un débat sociétal et scientifique majeur. Loin des violences physiques graves ou des abus sexuels, les VEO englobent un ensemble de pratiques coercitives et humiliantes, souvent subtiles, qui s'inscrivent dans le quotidien de l'éducation.

Elles sont "ordinaires" parce qu'elles sont banalisées, transmises de génération en génération et perçues comme faisant partie intégrante de l'apprentissage de la vie. Cependant, la recherche en neurosciences et en psychologie du développement a mis en lumière leurs effets délétères sur le cerveau et la construction émotionnelle et sociale de l'enfant.

I. DEFINITION ET CARACTERISTIQUES DES VIOLENCES ÉDUCATIVES ORDINAIRES

Les Violences Éducatives Ordinaires désignent tout acte posé par un adulte envers un enfant, dans un contexte éducatif, qui vise à obtenir une obéissance immédiate ou à sanctionner un comportement, et qui porte atteinte à l'intégrité physique ou psychologique de l'enfant, sans laisser de traces visibles immédiates. Elles se distinguent des violences graves par leur fréquence, leur banalité et le fait qu'elles sont souvent exercées sans intention de nuire gravement, mais plutôt par habitude, méconnaissance des alternatives ou reproduction de schémas éducatifs.

Qu'est-ce qu'une VEO ?

C'est tout acte (physique ou psychologique) utilisé dans un but éducatif qui porte atteinte à l'intégrité de l'enfant. Souvent exercées sans intention de nuire, ces violences sont banalisées mais laissent des cicatrices profondes et invisibles.

caractère banalisé

Perçues comme normales ("une bonne fessée..."), elles sont transmises entre générations.

Absence de traces

Leur invisibilité physique contribue à la sous-estimation de leur gravité.

Relation asymétrique

L'adulte est en position de force, l'enfant en position de vulnérabilité.

Les deux visages des VEO

Violences Physiques

- Fessées, tapes, gifles
- Tirages d'oreilles ou de cheveux
- Secousses et bousculades
- Contraintes (immobiliser, tirer)

Violences Psychologiques

- Cris, hurlements, menaces
- Humiliations, moqueries, dévalorisations
- Chantage affectif, manipulation
- Déni des émotions ("arrête de pleurer")
- Isolement forcé (mise au coin punitive)



A. LE CADRE LEGAL ET L'ÉVOLUTION DES MENTALITES

En France, la loi du 10 juillet 2019, dite "loi anti-fessée", a inscrit dans le Code civil l'interdiction de tout recours aux violences corporelles ou psychologiques dans l'éducation. L'article 371-1 du Code civil stipule désormais que "L'autorité parentale s'exerce sans violences physiques ou psychologiques." Cette loi, bien que symbolique pour certains, a eu le mérite de poser un cadre légal clair et de sensibiliser le public à la notion de VEO, en reconnaissant que même les "petites" violences ne sont pas anodines. Elle s'inscrit dans un mouvement international initié par la Convention Internationale des Droits de l'Enfant (CIDE) de 1989, qui reconnaît à l'enfant le droit à une protection contre toute forme de violence.

B. LES CARACTERISTIQUES DES VEO

Les VEO sont caractérisées par :

- **Leur caractère "ordinaire" et banalisé** : Elles sont souvent perçues comme des pratiques normales, voire nécessaires ("une bonne fessée n'a jamais fait de mal", "il faut qu'il comprenne qui commande").
- **L'absence de traces physiques visibles immédiates** : Contrairement aux coups graves, les VEO laissent rarement des marques évidentes, ce qui contribue à leur invisibilité et à leur sous-estimation.
- **Leur impact sur l'intégrité de l'enfant** : Même si elles ne sont pas toujours perçues comme des violences par l'adulte, elles sont vécues comme telles par l'enfant et affectent son développement.
- **La relation asymétrique** : Elles s'exercent dans une relation de pouvoir où l'adulte est en position de force et l'enfant en position de vulnérabilité.

II. LES DIFFERENTES FORMES DE VIOLENCES ÉDUCATIVES ORDINAIRES

Les VEO ne se limitent pas aux châtiments corporels. Elles prennent des formes diverses, souvent insidieuses, qui peuvent être classées en deux grandes catégories : les violences physiques et les violences psychologiques.

A. LES VIOLENCES PHYSIQUES ORDINAIRES

Elles incluent tout acte qui porte atteinte à l'intégrité physique de l'enfant, même s'il est considéré comme "léger" ou "éducatif" :

- **Les fessées, tapes, gifles** : Même légères, elles sont une atteinte à l'intégrité corporelle et un message que la violence est une solution aux problèmes.
- **Les tirages d'oreilles, de cheveux, les pichenettes** : Ces gestes, souvent faits "pour rire" ou "pour faire comprendre", sont humiliants et douloureux.
- **Les secousses, les bousculades** : Particulièrement dangereuses pour les nourrissons (syndrome du bébé secoué), elles peuvent aussi être traumatisantes pour les plus grands.
- **Les contraintes physiques** : Immobiliser un enfant de force, le tirer par le bras, le pousser.

B. LES VIOLENCES PSYCHOLOGIQUES ORDINAIRES

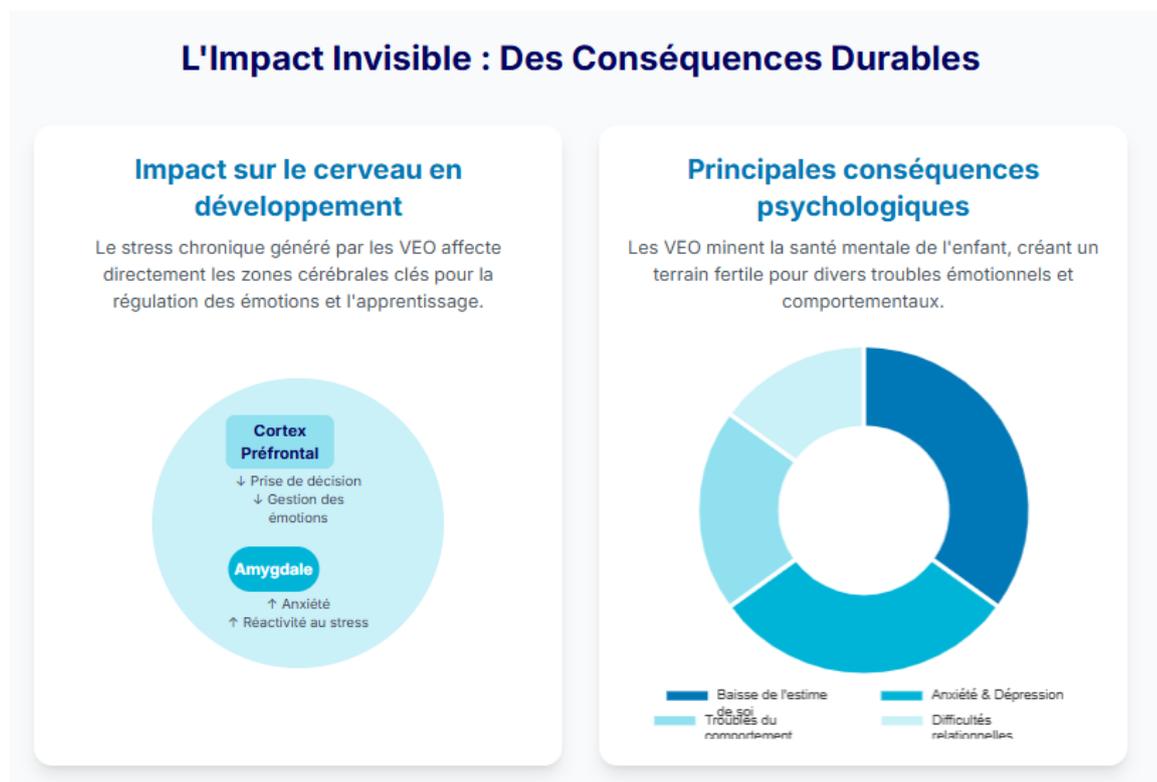
Souvent plus difficiles à identifier car invisibles, elles sont tout aussi destructrices pour la construction de l'enfant :

- **Les cris, hurlements, menaces** : Ils génèrent de la peur, de l'anxiété et un sentiment d'insécurité chez l'enfant.
- **Les humiliations, moqueries, dévalorisations** : "Tu es bête", "Tu n'y arriveras jamais", "Regarde ton frère, lui il y arrive". Ces propos sapent l'estime de soi de l'enfant et sa confiance en ses capacités.

- **Le chantage, la manipulation** : "Si tu ne fais pas ça, je ne t'aimerai plus", "Le Père Noël ne passera pas". Ils créent une relation basée sur la peur de perdre l'amour ou la récompense.
- **Les comparaisons négatives** : Mettre l'enfant en concurrence avec ses pairs ou ses frères et sœurs, le rabaisser par rapport à d'autres.
- **Le déni des émotions** : "Arrête de pleurer pour ça", "Ce n'est pas grave". Cela apprend à l'enfant à réprimer ses émotions et à ne pas les exprimer sagement.
- **L'isolement forcé, les mises au coin excessives** : Utilisés de manière punitive et prolongée, ils peuvent être vécus comme un abandon.
- **Le sarcasme, l'ironie** : L'enfant ne comprend pas toujours le second degré et peut se sentir blessé ou ridiculisé.
- **Les injonctions paradoxales** : Demander à l'enfant d'être autonome tout en le critiquant constamment, ou lui dire "fais ce que je dis, pas ce que je fais".

III. LES CONSEQUENCES DES VIOLENCES ÉDUCATIVES ORDINAIRES SUR L'ENFANT

Les VEO, même si elles sont "ordinaires", ont des répercussions profondes et durables sur le développement de l'enfant, tant au niveau neurologique que psychologique et social.



A. CONSEQUENCES SUR LE DEVELOPPEMENT

Les neurosciences ont démontré que le cerveau de l'enfant, en pleine construction, est particulièrement sensible au stress. Les VEO activent le système de réponse au stress (cortisol, adrénaline), ce qui peut avoir des effets néfastes :

- **Altération du développement du cortex préfrontal** : Cette zone du cerveau, responsable des fonctions exécutives (planification, régulation émotionnelle, prise de décision), peut être affectée, entraînant des difficultés d'apprentissage, de concentration et de gestion des émotions.



- **Hypertrophie de l'amygdale** : L'amygdale, centre de la peur, peut devenir hyperactive, rendant l'enfant plus anxieux, réactif et moins apte à gérer le stress.
- **Impact sur la mémoire et l'attention** : Le stress chronique peut perturber les processus de mémorisation et la capacité à maintenir son attention.

B. CONSEQUENCES PSYCHOLOGIQUES ET EMOTIONNELLES

Les VEO minent la santé mentale et le bien-être émotionnel de l'enfant :

- **Baisse de l'estime de soi et de la confiance en soi** : L'enfant qui est régulièrement rabaissé ou humilié intériorise l'idée qu'il n'est pas capable ou pas digne d'amour.
- **Anxiété, dépression, troubles du sommeil** : Le stress chronique lié aux VEO peut se manifester par ces symptômes.
- **Difficultés à réguler les émotions** : L'enfant apprend à réprimer ses émotions ou à les exprimer de manière inadaptée (colère, agressivité).
- **Développement de comportements d'évitement ou de soumission** : Pour échapper à la violence, l'enfant peut devenir très docile ou, au contraire, adopter des comportements d'opposition.
- **Troubles du comportement** : Agressivité, opposition, repli sur soi, difficultés relationnelles.
- **Syndrome de stress post-traumatique complexe (SSPT-C)** : Dans les cas de VEO chroniques et intenses, l'enfant peut développer un SSPT-C, avec des difficultés majeures de régulation émotionnelle et relationnelle.

C. CONSEQUENCES SOCIALES ET RELATIONNELLES

Les VEO impactent également la capacité de l'enfant à interagir avec les autres :

- **Difficultés à établir des relations saines** : L'enfant peut reproduire les schémas de violence qu'il a connus, ou au contraire, devenir une victime.
- **Manque d'empathie** : Si l'enfant n'a pas appris à reconnaître et à gérer ses propres émotions, il aura du mal à comprendre celles des autres.
- **Reproduction intergénérationnelle de la violence** : Les enfants victimes de VEO ont plus de risques de devenir des parents qui reproduisent ces mêmes schémas éducatifs.
- **Isolement social** : L'enfant peut se replier sur lui-même et avoir du mal à s'intégrer socialement.

IV. LES ALTERNATIVES : L'ÉDUCATION POSITIVE ET BIENVEILLANTE



Respecter l'enfant

Le considérer comme une personne à part entière avec ses propres émotions et besoins.

Pratiquer l'empathie

Tenter de comprendre le point de vue de l'enfant et de valider ses ressentis.

Communiquer sans violence

Utiliser le "je" pour exprimer ses propres besoins sans accuser l'enfant.

Chercher la coopération

Impliquer l'enfant dans la recherche de solutions aux problèmes rencontrés.

Poser des conséquences logiques

Remplacer la punition par une réparation directement liée à l'acte commis.

Être un modèle

Gérer ses propres émotions de manière saine pour montrer l'exemple.

A. PRINCIPES FONDAMENTAUX DE L'ÉDUCATION POSITIVE

L'éducation positive repose sur plusieurs piliers :

- **Le respect de l'enfant** : Reconnaître l'enfant comme une personne à part entière, avec ses propres émotions, besoins et capacités.
- **L'empathie** : Tenter de comprendre le monde et les émotions de l'enfant, se mettre à sa place.
- **La communication non-violente (CNV)** : Exprimer ses besoins et ses limites sans juger ni accuser, et écouter ceux de l'enfant. Utiliser le "je" plutôt que le "tu" accusateur.
- **La coopération plutôt que la coercition** : Impliquer l'enfant dans la recherche de solutions, lui donner des choix, négocier.
- **La valorisation des efforts et des réussites** : Encourager l'enfant, souligner ses progrès plutôt que de se focaliser sur ses échecs.
- **La pose de limites claires et cohérentes** : Les limites sont essentielles pour la sécurité et le développement de l'enfant, mais elles doivent être expliquées et appliquées avec fermeté et bienveillance.
- **Le modèle parental** : Les parents sont les premiers modèles de l'enfant. Adopter une attitude respectueuse et non-violente est la meilleure façon d'enseigner ces valeurs.

B. EXEMPLE D'OUTILS ET STRATEGIES CONCRETES

- **Le temps calme / le retour au calme** : Plutôt que la mise au coin punitive, proposer un espace où l'enfant peut se retirer pour gérer ses émotions, avec l'accompagnement de l'adulte si besoin.
- **Les conséquences logiques et réparatrices** : Au lieu de la punition arbitraire, proposer une conséquence directement liée à l'acte de l'enfant et qui vise à réparer (ex : si l'enfant a cassé un jouet, il aide à le réparer ou à le remplacer).
- **L'écoute active** : Écouter l'enfant sans l'interrompre, reformuler ce qu'il dit pour montrer qu'on a compris ses émotions.
- **La résolution de problèmes collaborative** : Face à un conflit ou un problème de comportement, impliquer l'enfant dans la recherche de solutions acceptables pour tous.
- **Le renforcement positif** : Souligner les bons comportements, les efforts, les réussites de l'enfant.
- **La gestion des émotions de l'adulte** : Les parents ont aussi le droit d'être en colère ou frustrés. L'important est d'apprendre à gérer ces émotions sans les décharger sur l'enfant. Des techniques de relaxation, de respiration peuvent aider.
- **La formation et l'information** : De nombreux livres, ateliers et associations proposent des ressources pour les parents et les professionnelles souhaitant adopter une éducation bienveillante.