

**CONCEVOIR  
UN ALBUM  
JEUNESSE  
COMME  
SUPPORT DE  
RÉSILIENCE FACE  
AU TRAUMA**

Creating an illustrated  
children's book  
as medium of resilience  
in traumatic situations

par Hélène ROMANO\*

\* Docteur en psychopathologie-HDR.

**Résumé**

Si les drames font partie de la vie, en parler avec les enfants est souvent bien difficile pour les adultes. Pourtant nous savons aujourd'hui combien cela est essentiel pour éviter que les enfants ne soient submerg es par des théories souvent anxiogènes et ne restent seuls face à leurs questionnements avec cette impression d'être abandonn es psychiquement par les adultes. Concevoir des supports de médiation s'avère important pour permettre la mobilisation des ressources résilientes de chacun.

**Mots-clés** : enfant, attentat, album jeunesse, parents, professionnels.

**Abstract**

If tragic events are part of life, talking them over with children is often very difficult for adults. Yet today we know how essential it is to prevent children from being submerged by often anxiogenic theories and being left alone with their questions, under the impression of being psychologically abandoned by adults. Designing mediation media proves important in the mobilization of resilient resources.

**Keywords**: child, attack, illustrated children's book, professionals, parents.

*Psychologie &  ducation, pp. 85-91, 2017-4*

## DES EFFETS DU TRAUMATISME À LA CONTAMINATION TRAUMATIQUE

Prendre en charge au quotidien des enfants blessés par la vie est une aventure de chaque instant : pour chacun il faut s'adapter, certaines fois dans une urgence totale, pour lui proposer cette attention humanisante devant lui permettre de ne pas sombrer davantage. Pour certains la bonne volonté serait suffisante, pour d'autres les sentiments de générosité, d'amour, de bienveillance feraient tout. J'aimerais dire que cela est juste. Mais après 25 ans passés à m'occuper d'enfants à la vie fracturée je sais combien cela n'est pas le cas. Car être près d'un enfant traumatisé est tout sauf une évidence : les parents d'enfant violé par un tiers qui n'osent plus le prendre dans leurs bras et avoir le moindre geste à son égard ; ceux d'enfants rescapés d'une catastrophe naturelle submergés par la fascination d'avoir un enfant survivant ; ceux dont l'enfant a réchappé à une grave maladie mais qui, inconsciemment l'ont donné pour mort pendant des mois ; ceux qui récupèrent leur enfant dans un établissement scolaire où une mort violente a eu lieu et qui ne parviennent plus à le laisser reprendre le cours de sa vie de peur d'un nouveau drame ; tous savent combien il est difficile, violent et si souvent très douloureux de faire face à cet enfant qui n'est plus le même, qui ne sera jamais plus celui qu'il aurait pu être sans cet événement. Le trauma, cette blessure psychique subie par ceux qui ont été face à la mort transforme inévitablement. Le lien à la vie, les croyances, les certitudes sont brutalement remises en cause et bouleversent le rapport à soi, aux autres et au monde extérieur. Les troubles post-traumatiques lorsqu'ils s'imposent dans la vie de l'enfant traumatisé viennent rajouter au malaise et au sentiment d'impuissance des proches ne sachant pas que dire, que faire, comment dire, comment faire.

Il serait alors facile de rétorquer qu'il s'agit de parents et que les professionnels, eux, savent faire. Là encore tout n'est pas si simple car l'événement traumatique à ce pouvoir de contamination qui ne préserve pas les professionnels. Ils peuvent se trouver tellement impactés par ce qu'a vécu un enfant, par son récit, par ses symptômes que cette rencontre peut les pousser dans des retranchements défensifs importants, voire les blesser psychiquement comme en témoignent ces situations de traumatisme vicariant des intervenants auprès de personnes en souffrance.

### LE MYTHE DE LA PAROLE ABRÉACTIVE

Si la parole peut libérer psychiquement, elle n'a cet effet cathartique que si celui qui l'écoute est en capacité de l'entendre de façon réflexive et qu'il est psychiquement disponible. Autrement dit une parole dans le

vide ne sert à rien, voire blesse davantage celui qui sollicitait de l'aide. Attendre qu'un enfant en souffrance parle et recherche du secours, c'est oublier que bien des enfants n'ont pas les ressources langagières et cognitives pour le faire, mais c'est aussi méconnaître toutes les conséquences traumatiques sur l'enfant. Ce qui fait que bien des enfants ne parlent pas et ne sollicitent pas d'aide. Comment en effet mettre des mots sur l'indicible, sur l'inintelligible ? Comment oser parler malgré la honte, la culpabilité, la frayeur ? Comment faire confiance quand le monde adulte les a trahis ? Bien des enfants se taisent et bien des pys en font autant face à l'enfant traumatisé, attendant qu'il « élabore une demande ». L'attente risque malheureusement d'être longue...

Alors si l'enfant ne parle pas, nous n'avons qu'à lui parler. Parler à l'enfant apparaît alors comme LA solution. Certes. Mais parler pour quoi dire ? Quel mot ? À quel moment ? Avec qui ? Dans quel endroit ? Au nom de qui ? Pas si simple...

Et c'est bien là toute la spécificité de prendre en charge des enfants traumatisés psychiquement puisqu'il s'agit d'être un adulte « transitionnel », c'est-à-dire un adulte suffisamment ajusté à l'enfant pour aller vers lui sur cette rive de l'horreur subie, et lui permettre de décrypter et de mettre des mots sur ce qu'il a ressenti et ce qu'il a vécu. Pour l'intervenant, proche comme professionnel, il s'agit d'être affecté sans être contaminé par la dimension traumatogène du trauma, autrement dit de ne pas être submergé totalement par l'émotion, mais de savoir utiliser ses propres ressentis pour aider l'enfant à faire de cette expérience traumatique un récit.

Du côté des professionnels nous sommes quelques-uns à prendre le risque de transmettre à nos pairs via nos publications notre façon d'intervenir loin des modalités traditionnelles. Mais du côté des parents et des autres intervenants auprès des enfants (en particulier les enseignants), rien n'est véritablement organisé pour les soutenir dans leur présence au quotidien des enfants. Il existe bien sûr, localement de formidables expériences proposées par des associations et des initiatives des plus précieuses ; il y a des protocoles et des textes ministériels. Mais face à la détresse d'un enfant en souffrance, la question de supports de médiation permettant de faire le lien entre l'enfant traumatisé et le proche (professionnels comme parents) se pose réellement.

## **L'ALBUM JEUNESSE COMME LIEN RÉFLEXIF**

Quand les mots sont si difficiles à énoncer, les supports de médiation deviennent ce lien relationnel source de créativité psychique car

ils permettent de mettre en récit l'innommable. Les dessins, figurines, pâte à modeler et autres supports peuvent ainsi être utilisés mais bien souvent l'enfant s'exprime seul et l'adulte observe, commente, sans participer réellement à la co-construction élaboratrice de ce que l'enfant met en scène. Il est un support bien différent qui peut permettre cette collaboration réflexive, c'est le livre. Un livre dont la taille n'est ni trop petite, ni trop grande ; un livre qui permet à chacun de comprendre ce que pense l'autre ; un livre qui permet que les mots soient écrits, transcrits pour pouvoir être compris.

Cette idée m'a conduite à envisager il y a déjà deux ans de proposer des albums jeunesse construits avec cette perspective d'être des supports à la résilience individuelle mais également à la résilience collective. C'est un projet que j'avais depuis des années mais un contexte va le rendre encore plus que nécessaire : les attentats de novembre 2015 à Paris.

Onze mois plus tôt la capitale avait déjà été frappée par des crimes terroristes mais ces actes paraissaient lointains comme s'ils ne devaient concerner que des dessinateurs et journalistes engagés ou des policiers dans leur service. Les attentats de novembre vont totalement changer la donne en visant directement la population et principalement des jeunes. Dès lors il nous était impossible de ne pas comprendre que tout un chacun pouvait être concerné et un jour victime de ces actes terroristes. Les discours des politiques, les images sans fin des chaînes d'information continue, ont véritablement intrusé notre sécurité psychique intérieure. Et les enfants en ont été les victimes directes : non seulement en raison de leur propre peur face à quelque chose qu'ils ne comprenaient pas et à tous les bouleversements dans leur vie (fouille à l'entrée des lieux publics, exercices dans les classes, militaires dans la rue, alertes à la bombe régulière, exercices de confinement, etc.). Mais ils ont été aussi touchés par l'insécurité et le désarroi qu'ils ont perçus du côté de leurs proches. Ainsi, loin d'être préservés des effets du traumatisme comme certains le pensent, les enfants y sont bien davantage exposés et ce, à un double niveau : le leur et celui lié aux effets du traumatisme sur leurs proches.

La France n'a pas l'expérience de vivre avec une telle menace terroriste même si par le passé, elle a eu à supporter des attentats ou des périodes de guerre des plus violentes. Et dans ce contexte, l'expérience épouvantable des générations de Palestiniens et d'Israéliens nous permet de savoir combien il est essentiel d'expliquer aux enfants les mesures de sécurité mises en place et qu'ils puissent exprimer leurs inquiétudes. Concevoir un support pour parler des attentats m'est alors apparu indispensable avec cette idée qu'il fallait pouvoir le proposer rapidement alors qu'un

livre est habituellement édité après des mois d'échange entre auteur et éditeur.

Si je savais ce que je voulais écrire, le support était tout aussi fondamental et me confrontait à un monde, celui des albums jeunesse que je méconnaissais totalement. Il me fallait non seulement trouver celui/celle qui ferait l'illustration mais aussi un éditeur spécialisé qui prendrait soin d'un tel projet.

## **DE LA COMPLEXITÉ DE METTRE EN FORME UN ALBUM JEUNESSE DÉDIÉ AU TRAUMATISME**

La vie réserve certaines fois de belles rencontres et c'est à l'occasion d'un échange sur le plateau d'une émission de télévision avec des parents désarmés face aux questions de leurs enfants au sujet des attentats, que j'ai rencontré Adolie Day. À la fin de cette rencontre elle m'avait envoyée un message pour me remercier et avait signé par un dessin représentant un petit personnage. J'ignorais qu'elle était illustratrice, mais en découvrant sa signature j'ai su que c'était avec elle que je souhaitais travailler car son graphisme était simple et en quelques traits elle parvenait à transmettre une intense émotion. La rencontre avec les Editions *Courtes & Longues*, spécialisées dans les albums de très belle qualité a été une même évidence.

J'ai adressé à Adolie Day mon manuscrit en lui permettant de l'illustrer, comme elle percevait, le texte et le contexte. Puis nous avons eu quelques « aller-retours » entre nous et avec l'éditeur pour des ajustements des illustrations où chacun donnait son avis : par exemple le personnage initial était une petite fille et il nous apparaissait essentiel qu'il ne soit pas sexué pour permettre aussi bien à un garçon comme à une fille de s'y identifier.

Le livre a été réalisé en cinq mois, véritable exploit à tous les niveaux. Et le résultat correspond bien à ce que je souhaitais : un bel objet, des couleurs lumineuses, un graphisme simple, pour décrire en utilisant des mots d'enfants que j'avais rencontrés, l'horreur des attentats, le désespoir, l'incompréhension des enfants comme celui des adultes, mais aussi en donnant des repères pour se comprendre mutuellement et faire de cette épreuve une force mutuelle. À la fin du livre l'enfant peut, s'il le souhaite dessiner ou écrire sur une double page qui lui est totalement réservée et une fiche est proposée au parent pour qu'il puisse avoir quelques éléments de repérage pour son enfant.

C'est la même motivation qui m'a conduite à réaliser avec la même équipe, un livre consacré aux enfants dont un parent s'est suicidé car s'il existe de multiples livres pour parler de la mort, aucun n'aborde ce sujet qui concerne pourtant tous les ans des milliers d'orphelins. Là encore nous avons procédé de la même façon en demandant à Adolie Day d'illustrer mon manuscrit en coconstruisant avec elle ce qui paraissait essentiel à transmettre à travers ses dessins. Et là encore, pour nous, la même émotion lorsque nous avons enfin eu l'album finalisé en mains : celle d'avoir fait un livre de vie à partir de mots d'enfants fracturés dans leur vie par la mort.

### **UN LIVRE DE VIE POUR LE RETOUR À LA VIE**

Oser nommer, mettre des mots sur des choses gravissimes alors que trop souvent ce sont des circonvolutions sémantiques qui abordent ces questions avec les enfants est très délicat. Mettre en forme à travers des dessins ce contenu l'est tout autant. L'illustration graphique permise par le livre, humanise ces mots et l'enfant peut s'approprier les images tout autant qu'il peut ainsi rendre compréhensibles ces expériences si douloureuses vécues. Écrire pour les enfants sur de tels sujets est encore plus complexe que de les prendre en charge en ayant en direct toute leur émotion à gérer car justement il n'y a pas cette rencontre directe si essentielle pour s'ajuster aux effets sur l'enfant de ce qui peut se dire dans le cadre thérapeutique. Tous les petits lecteurs de ces albums resteront pour moi anonymes d'où l'absolue nécessité d'être d'une infinie prudence dans les mots utilisés comme dans les dessins proposés car c'est une forme de prise en charge par procuration.

Les retours des enfants (au niveau individuel comme au niveau collectif via les classes) et des adultes ayant lu ces livres témoignent que l'objectif est atteint : celui de permettre que des mots soient posés sur les drames et que la parole puisse se libérer en étant contenue par des adultes transitionnels car en capacité de décrypter les maux de l'enfant et ses ressentis.

### **DES RÉACTIONS DE CERTAINS PROFESSIONNELS QUI INTERPELLENT**

Mais en écrivant pour les enfants sur ces sujets, il y a un élément que j'avais sous-estimé, celui des réactions agressives que ce type d'album pouvait provoquer jusqu'aux professionnels (psychologues, psychiatres). J'ai ainsi été accusée « d'opportunisme », de « vulgariser inutilement », de vouloir « rendre les parents thérapeutes de leur enfant », d'être « des

charognards du traumatisme », etc. J'ai l'habitude d'être confrontée à des propos disqualifiants par des pairs ou par d'autres que mon engagement en protection de l'enfance et ma parole libre dérangeant. Mais là, ces accusations m'ont été particulièrement violentes pour de multiples raisons longuement travaillées en supervision.

Écrire sur le trauma et dédier cette médiation à des enfants meurtris par la vie, c'est devoir aussi faire face aux résistances majeures qui continuent d'exister autour des effets du traumatisme sur les enfants en particulier sur les plus jeunes (ils seraient trop jeunes pour comprendre ; il ne faudrait rien leur dire pour ne pas les traumatiser ; s'ils ne réagissent pas comme les adultes ce serait bien la preuve qu'ils ne sont pas touchés, etc.). Transgresser ce déni face au traumatisme de l'enfant et proposer des supports de médiation adaptés, c'est prendre aussi ce risque d'être exposé à tout type de réactions, des plus positives au plus agressives.

## CONCLUSION

Le processus résilient qui permet de parvenir à donner du sens aux épreuves subies et à se dégager de leurs effets traumatogènes, s'inscrit dans le temps et engage auprès de l'enfant tous ceux amenés à prendre soin de loin. Dans cette restauration psychique indispensable pour permettre à l'enfant de se réinscrire dans la vie, l'album jeunesse peut être un formidable support de médiation pour donner sens à l'indicible, mettre des mots sur l'incompréhensible et réparer les liens de confiance en la vie mis à mal par le(s) fait(s) traumatique(s).

Le concevoir est une aventure de chaque instant qui nous conduit à ne pas oublier que penser l'enfant traumatisé, c'est aussi et avant tout le considérer comme un enfant sans le réduire au(x) traumatisme(s) subi(s), c'est-à-dire comme un petit d'homme dont la vie reste à construire.

## BIBLIOGRAPHIE

ROMANO, H. (2009). *Dis, c'est comment quand on est mort?* Grenoble, Pensée Sauvage.

ROMANO, H. (dir.). (2015). *Accompagner le deuil en situation traumatique – Dix situations cliniques*. Paris, Dunod.

ROMANO, H. & DAY, A. (2016). *Après l'orage*. Éd. Courtes Et Longues.

ROMANO, H. & DAY, A. (2017). *L'arbre et l'ombre de la lune*. Éd. Courtes Et Longues.

ROMANO, H. (2018). *Quand la vie fait mal aux enfants*. Paris, Odile Jacob.

