



## Le comportement tyrannique et la méthode REACT

## Le comportement tyrannique, c'est quoi ?

On parle d'enfant à comportement tyrannique (ECT) 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 ne relève pas d'un contexte de carences éducatives ou de manque des limites et il est à différencier du phénomène de l'enfant dit « roi » dont les demandes sont exaucées volontairement par les parents.

Le comportement tyrannique (CT) correspond à une dynamique familiale particulière où la toute-puissance de l'enfant s'installe progressivement, le plus souvent depuis la petite enfance, et peut se traduire par des violences physiques (agressions, bousculades, coups, dégradations...), verbales (insultes, menaces...) et/ou psychologiques (harcèlements, chantages, intimidations, dénigrement...)

Bien que le CT de l'enfant/adolescent ne rentre dans aucune catégorie diagnostique actuelle, il correspond à une psychopathologie complexe avec plusieurs diagnostics associés dont les dimensions centrales sont typiquement la dysrégulation émotionnelle et l'anxiété<sup>1</sup> :

- Trouble de Déficit de l'Attention avec ou sans Hyperactivité (TDAH)
- Trouble d'Opposition avec Provocation
- Troubles de l'humeur
- Trouble Anxiété de Séparation
- Trouble Anxiété Généralisée

- Trouble Obsessionnel Compulsif
- Troubles du Spectre de l'Autisme

D'origine multifactorielle, le CT met en avant une double vulnérabilité, les troubles de l'enfant faisant écho à une hypersensibilité parentale au bien-être de l'enfant. En effet, l'hyper-investissement de l'enfant (enfant unique, adopté ou malade..., parent âgé ou plus instruit que la moyenne...) semble être un facteur de risque entrant en résonance de façon synergique avec les symptômes que l'enfant exprime de façon précoce de par sa difficulté à agir sans son parent<sup>1</sup>.

Du fait de son anxiété, l'ECT est très soucieux du regard social et cherche à contrôler l'image qu'il projette en dehors du foyer familial. L'enfant parvient ainsi à adapter son comportement à l'extérieur pour éviter le jugement d'autrui mais, à la maison, il utilise ses parents comme exutoire pour déverser ses émotions. Ses difficultés ne sont donc fréquemment pas visibles à l'extérieur du foyer et le caractère secret de sa violence décrédibilise les parents dans leur recherche d'aide.

De plus, les parents peinent à mobiliser l'enfant qui, réticent à confronter ses problèmes, sans réel désir de changement et peu motivé par les soins, achète souvent sa psychothérapie contre des avantages à octroyer. Les traitements médicamenteux peuvent être également l'enjeu des conflits/chantages.



## 5 questions pour repérer le comportement tyrannique

- Avez-vous **peur** de votre enfant/de ses réactions ?
- Avez-vous **renoncé** à beaucoup de choses du fait des troubles de votre enfant ?
- Etes-vous **entravé** par votre enfant pour prendre des décisions à la maison ?
- Avez-vous **honte** de ce qu'il se passe à la maison avec votre enfant ?
- Votre enfant est-il **violent** envers vous ?

### L'accommodation parentale

La notion d'accommodation familiale fait référence aux changements de comportement adoptés afin d'aider l'enfant à éviter ou à atténuer la détresse associée à ses troubles (modifier les habitudes familiales, participer activement aux symptômes, faciliter les comportements d'évitement liés aux troubles...)<sup>2</sup>.

L'accommodation est souvent volontaire et elle répond à la prédisposition naturelle/ biologique des parents à répondre aux besoins de leur enfant<sup>2-4</sup> mais, dans le cas de l'ECT, elle s'installe généralement de façon coercitive, la conformité des parents répondant, malgré eux, à la violence verbale, les menaces, les crises de colère et/ou l'agression physique. Les parents perdent progressivement le contrôle de la situation et, par crainte des réactions de leur enfant et de la stigmatisation sociale, s'adaptent au comportement difficile, en sacrifiant leur bien-être et leurs besoins fondamentaux<sup>3</sup>.

Bien que l'accommodation parentale puisse soulager l'enfant à court terme, elle entraîne le maintien et l'exacerbation des symptômes, augmentant ainsi la détresse et renforçant le contrôle de l'enfant sur le reste de la famille<sup>3</sup>. Dans cette dynamique insidieuse, les parents développent progressivement un sentiment de honte, de culpabilité et d'impuissance qui aggrave l'isolement dont ils sont victimes.

Les membres du réseau de soutien, dont l'intervention est d'autant plus nécessaire lorsque les parents sont dépassés par la détresse de l'enfant et lorsque l'enfant exprime son anxiété de manière agressive, peuvent contribuer à démêler cette dynamique et à rétablir de frontières plus saines entre l'enfant et ses parents, permettant ainsi de réduire progressivement l'accommodation familiale et, par le même chemin, la détresse de l'enfant<sup>3</sup>.



## La méthode REACT

La méthode REACT est préconisée en première intention dans la situation de l'ECT car, étant focalisée sur le comportement du parent, elle ne nécessite pas de la participation ou de l'accord de l'enfant qui, résistant à tout changement de situation, ne souhaite pas sortir de sa place de « chef ».

Inspirée d'une doctrine sociopolitique<sup>5</sup>, la résistance non violente (RNV) est appliquée en psychothérapie pour aider les parents, familles d'accueil, enseignants et soignants à faire face aux comportements violents et autodestructeurs<sup>6,7</sup>. La RNV représente une approche novatrice qui s'est avérée efficace pour soutenir les parents d'enfants souffrant de TDAH<sup>8</sup> et de troubles anxieux<sup>9</sup>, des jeunes présentant un comportement

autodestructeur ou agressif<sup>10,11</sup> et des jeunes adultes avec dépendance persistante<sup>12</sup> (fort engagement des parents, réduction significative des comportements déviants et diminution des escalades conflictuelles, du sentiment de désespoir, de l'impulsivité et de la solitude des familles) et ce, dans divers contextes sociaux et culturels<sup>6,13</sup>.

Le programme d'entraînement aux habilités parentales REACT permet aux parents, tout d'abord, de comprendre les mécanismes impliqués dans la dynamique familiale associée au CT, notamment le processus d'escalade et comment l'accommodation parentale à la détresse de l'enfant, ainsi que le pouvoir que les parents donnent à l'enfant à travers la soumission, renforcent tous deux le manque d'autonomie et la violence de l'enfant.



L'objectif premier de ce programme est d'aider les parents à modifier leur posture afin de rétablir leur présence. L'autorité parentale recherchée par cette méthode n'est pas basée sur une imposition par la force, mais sur la détermination du parent à ne plus rentrer dans les escalades de violence avec l'enfant et à organiser des actions différées (battre le fer quand il est froid). Basée sur le calme et le silence, la RNV permet de désamorcer la violence en lui faisant perdre sa légitimité grâce à la capacité à rallier des soutiens (pour élever un enfant, il faut tout un village)<sup>3</sup>.

Dans un second temps, la modification de la dynamique familiale initiée par les parents entraînera la perte du statut de tout-puissant de l'enfant, générant ainsi un inconfort chez ce dernier et la motivation pour développer d'autres stratégies et accepter de l'aide pour surmonter ses difficultés.

## Conclusion

Devant l'impossibilité de faire face à la violence de l'enfant ni par la force ni par la passivité, la RNV fournit une assise morale et

pratique permettant aux parents de résister sans capituler et de s'inscrire dans une nouvelle forme d'autorité qui modifiera la dynamique familiale associée au CT.

C'est en s'ancrant dans leur rôle parental par la présence, le contrôle de soi et le soutien social que les parents seront en mesure de sortir de l'isolement, de cesser progressivement l'accommodation et d'aider ainsi leur enfant à faire face, de façon autonome, à l'anxiété et à la détresse.

**Susana Rivas**  
**Vice-présidente Association REACT**  
**([www.association-react.com](http://www.association-react.com))**

*Sources : voir bibliographie en fin de magazine*

