

Le bon usage des conflits dans la relation

Gérard Vallat est psychologue-psychothérapeute. Il travaille depuis cinquante ans dans l'éducation spécialisée ou de santé, le travail social, les associations familiales et les institutions éducatives comme l'éducation nationale, les maisons familiales et rurales.

Résumé long

Le conflit est souvent considéré aujourd'hui dans l'éducation comme un problème ou un obstacle au lien et à l'accompagnement. Le conflit ne fait plus partie du lien et entraîne rupture, rejet ou évitement. Nous verrons comment rétablir la place du conflit comme étape du développement, comme étape d'une relation saine et comme support d'évolution, à condition de savoir en faire bon usage.

Dans les familles ou les équipes éducatives, nous nous réjouissons généralement de l'absence de conflits et déplorons l'existence de relations conflictuelles. Que ce soit chez l'enfant de trois ans ou l'adolescent - les âges où les conflits sont les plus aigus - nous rencontrons des parents et des éducateurs démunis pour gérer sainement ces étapes pourtant nécessaires au bon développement. L'enfant se met en colère et en crise face à des adultes démunis, retenant eux-mêmes leurs capacités à être en conflit.

On cherche alors à éviter ces situations, ce qui entraîne blocage, distance, dévalorisation et épuisement. " Vas dans ta chambre ! Je ne veux plus te voir ! Tu n'es pas gentil ! Tu reviendras quand tu seras calmé ! "

En envisageant le conflit comme une étape d'évolution de nos enfants et de nos relations, nous pouvons vivre des relations traversées par des liens forts d'attachement, d'amour, de proximité et de séparation, de distance et de différenciation. Le développement de nos compétences relationnelles en situation de conflit va aider nos enfants à grandir et à se socialiser. Nos capacités d'adultes vont aussi s'enrichir d'affirmations saines, d'autorité bienveillante et d'efficacité rassurante. Le bon usage des conflits va nous permettre de grandir avec nos enfants pour les aider à devenir adultes et nous aider à réduire notre épuisement.

Nous passerons ainsi de l'évitement des conflits à une augmentation de l'intensité de nos liens. Nous passerons par un accordage qui permettra de résoudre bien des désaccords. Apprenons à nous aimer sans nous dévorer, à nous opposer sans nous détruire. Nous pourrions ainsi vivre pleinement l'altérité, source d'enrichissement, grâce à nos différences.