

LA PEUR DE LA GUERRE ET DES CONFLITS S'EMPRE DES ENFANTS

Publié le 19 mars 2026



par Raphaël Duboisdenghien



«Depuis que la guerre a éclaté en Ukraine, Joseph, 7 ans, demande à chaque séance si cela va nous arriver, ici, dans notre pays», raconte la pédopsychiatre Christine Desmarez. «Tous les mots apaisants et toutes les explications ne semblent servir à rien. L'enfant ne se calme pas. Même si on peut faire l'hypothèse, chez Joseph, d'une fragilité liée à une angoisse de séparation dont les origines sont bien plus anciennes que le début de la guerre en Ukraine.»

Son livre gratuit, «[À l'écoute de l'enfance dans un monde incertain](#)» enrichit le programme de prévention [Yapaka.be](#), réalisé par la Fédération Wallonie-Bruxelles. La formatrice aux [Cliniques psychothérapeutiques, orientation infantojuvénile de l'ULB](#) ouvre des pistes pour entendre les inquiétudes des enfants et des ados. La psychanalyste propose des clés pour mieux accompagner les jeunes dans des interrogations difficiles. Sur les inégalités et les injustices sociales, la maladie, la réussite scolaire. Et l'exigence de performance, le harcèlement, la sexualité, la séparation des parents...

Être présent

«Les adultes, à la fois proches et professionnels, ont une lourde responsabilité

"À l'écoute de l'enfance dans un monde incertain", par Christine

Desmarez. Edité par Yapaka.be. VN gratuite dans le monde d'aujourd'hui», souligne la thérapeute familiale. «Il n'est pas facile de faire face aux interrogations et aux inquiétudes des jeunes, traversées par le climat actuel d'incertitude. D'autant plus que, bien souvent, ces adultes se posent des questions identiques.»

Les adultes n'ont pas nécessairement une réponse à proposer aux jeunes... «Mais ils montrent leur présence et ouvrent une parole qui donnera accès à une réflexion sur les aléas de la condition humaine. Ces échanges contribueront à développer chez l'enfant une pensée libre et critique qui envisagerait le monde dans sa complexité, dans ses côtés sombres et moins sombres. Et qui lui donnerait envie de poursuivre sa route malgré les paradoxes auxquels celui-ci est confronté.»

«Il s'agirait d'aider le jeune à assouplir une certaine forme de radicalité, propre à cet âge. Pour arriver à penser et à vivre autrement que dans 'le tout et le rien'. En ouvrant un espace de réflexion dans la nuance, dans l'entre-deux.»

Des images crues, violentes

Lors des consultations, le thème des guerres et des conflits est récurrent... «Les jeunes enfants qui entendent les informations s'identifient aux victimes terrorisées», constate Christine Desmarez. «Ils n'en comprennent pas non plus les vrais enjeux, souvent irrationnels.»

Que faire pour aider l'enfant? «Il est important de ne pas le laisser seul, face à des images trop crues ou trop violentes. De lui donner des explications, éventuellement soutenues par des supports d'images, de livres, de métaphores, de jeux adaptés à son niveau de développement. L'ouverture au monde, à ce qui s'y passe, tout en essayant de nuancer nos propos pour en rendre la complexité, se déploiera progressivement au fur et à mesure des récits des adultes. Mais aussi, pour les plus grands, dans des échanges avec leurs pairs.»

L'injustice sociale

Laurence, 12 ans, arrive chez la pédopsychiatre en disant qu'elle est passée par la gare pour donner son sandwich à un SDF qu'elle a déjà rencontré plusieurs fois. Elle exprime son émotion devant ce jeune homme qui a quelques années de plus qu'elle. Ses parents l'ont mis à la porte parce qu'il n'allait plus à l'école. Ils lui auraient dit qu'ils n'avaient pas assez d'argent pour entretenir une bouche inutile.

Laurence parle d'abord de son sentiment d'injustice devant une telle situation. De sa colère vis-à-vis de parents qui n'assument pas leur rôle. La jeune fille associe sa propre angoisse de ne pas se débrouiller pour gagner sa vie. Avoir un logement.

«Les enfants, même à un âge précoce, commencent à percevoir les différences entre eux et leurs pairs», explique la membre du [Groupe d'étude et de recherche clinique en psychanalyse de l'enfant et de l'adulte](#). «Ils peuvent se demander pourquoi certains camarades n'ont pas accès à la même chose qu'eux. En ressentir de l'inquiétude et un sentiment d'injustice. Ils peuvent poser de nombreuses questions. Ils peuvent ressentir de la colère ou de la tristesse devant les inégalités. Les adolescents utilisent souvent les réseaux sociaux pour se comparer aux autres. Ils peuvent se sentir coupables ou privilégiés en observant les injustices qui s'y déploient. Ce qui peut créer un sentiment de déséquilibre émotionnel.»

La tyrannie de la réussite

Pour Christine Desmarez, «ces angoisses peuvent aussi être liées à la tyrannie de la réussite. Si le jeune n'est pas performant, va-t-il pouvoir trouver une identité dans un monde qui définit l'être en termes d'avoir?»

«Le rôle des professionnels de la jeunesse peut être très précieux dans certaines de ces situations d'inégalités sociales. En offrant soutien et aide au jeune qui risquerait de s'isoler des autres ou de

décrocher.»