



Enfant en colère, Adulte en colère...

Pierre-Yves et Elisabeth Charrière
3 juin 2023

Assemblée Chrétienne de Tasdon
La Rochelle

1

La colère

Injustice → Blessure → Colère

- Un sentiment qui peut être associé à
 - la peur, l'anxiété
 - l'insécurité

Que dit votre
colère ?

- Une réalité :
 - de nombreux jeunes sont en colère,
 - de nombreux adultes portent en eux la colère de l'enfant blessé

2

La colère : qu'en pensez-vous ?

- La colère est-elle juste ? brainstorming
Mettez-vous en colère Eph 4.26 - Prov 27.5
- La colère est-elle un péché ? Donner prise au diable
Eph 4.31- Jacq 1.19 - Prov 14.29
- Colères excessives
- **"Mettez-vous en colère et ne péchez pas..."** Eph4.26
"Amertume, irritation, colère, éclats de voix, tout cela doit disparaître de chez vous" Eph4.31

3

Diverses formes de la colère

- Ouverte (explosive)
 - cris, coups, insultes, calomnie, intimidation...
- Contenue (rentrée)
 - silence, bouderie, rancune, amertume, ressentiment...
- Interdite
 - dans certaines familles on n'a pas le droit :
 - d'exprimer de la colère
 - de ressentir de la colère

4

Colère durable et blessures chez les enfants

- Une colère installée dans le cœur de l'enfant...
- Qui entraîne durablement un style de vie, un comportement, contrôlés par une colère intérieure accumulée

Pierre-Yves et Elisabeth Charrière

5

Une double consigne

Enfants obéissez à vos parents

Pères n'irritez pas vos enfants

- Il est dit aux enfants d'obéir, d'honorer Eph 6.1-3
- Mais **il n'est pas dit** aux parents :
 - « faites-les obéir » Message aux enfants
 - ou « soumettez-les »
 - ou « exigez absolument l'obéissance »...
- Puis une mise en garde immédiate et forte, impérative, est donnée :
 - **N'irritez pas...** Message aux parents

6

Cette colère... dont parle l'apôtre

- Paul dit 2 fois qu'il ne faut pas la provoquer :
- « **Quant à vous, pères, n'irritez pas vos enfants mais élevez-les en leur donnant une éducation et des avertissements qui viennent du Seigneur** » Eph 6.4
- « **Pères, n'exaspérez pas vos enfants, de peur qu'ils ne se découragent** » Col 3.21

7

Les conséquences de cette colère accumulée : un comportement

- Agressif
Comportement qui s'oppose aux autres
→ cherche à faire mal, à abaisser, à dominer, à humilier
- Passif
Comportement qui s'oppose à soi-même
→ se lance des messages négatifs (incapable...)
- Passif-agressif
Forme subtile d'agression
→ façons dissimulées pour se venger

8

Des indices d'un enfant ou d'un adulte poussé à la colère

- Hostilité, provocations, disputes
- Rébellion contre toutes formes d'autorité
- Manque de volonté (pas de résistance au mal, apathie)
- Pas de réussite
- Problèmes émotionnels sévères (dépression...)
- Matérialisme, hédonisme, égocentrisme

9

Comment provoquons-nous leur colère ?

- Critiques, absence d'encouragement
→ douter de leurs capacités
→ ne pas relever leurs qualités
- Négligence, manque d'attention et d'intérêt
Absalon ressentait douloureusement le rejet de son père 2Sam 14
Manque de temps empêchant de bâtir un « esprit de famille »
- Conditions à notre amour
- Attentes excessives, illégitimes
→ attention à ne pas trop les pousser

T'ES NULLE, T'ES BONNE À RIEN ! T'AS ENTENDU ? TU ME RÉPONDS QUAND J'TE PARLE !

ADOLESCENTS

TU VAS QUAND MÊME PAS PLEURER POUR ÇA ?

10

Des paroles qui marquent parfois à vie



11

Comment provoquons-nous leur colère ?

- Injustice, préférences
→ mon frère (ma sœur) est davantage aimé que moi
→ pas désiré « Toi, tu es un accident ! »
→ injustice dans l'application des punitions
- Normes variables
→ variables selon les situations
→ faites ce que je vous dis, mais pas ce que je fais !
- Limites : absentes, floues, incohérentes, excessives
→ à l'adolescence : besoin de repères...et de souplesse !



Besoin de cohérence

12

Comment provoquons-nous leur colère ?

- Mauvais exemple
 - semer le bien pour le moissonner au temps convenable Ga 6.7
- Colères...atmosphère de conflit, ou d'insécurité
 - vivre le pardon ; dire et montrer qu'on est réconcilié
- Violences physiques, sexuelles, psychologiques, spirituelles
 - Manipulation, abus
 - en leur faisant porter des fardeaux qui ne sont pas les leurs
 - tu ne vas pas faire de peine à Maman ?
 - tiens, je croyais que tu étais converti !

JE T'AIME

13

Une consigne répétée pour les pères

Quant à vous, pères

- *N'irritez pas vos enfants* Eph 6.4
- *N'exaspérez pas vos enfants* Col 3.21
- Les risques
 - *de peur qu'ils ne se découragent* Col 3.21
 - *celui qui agit injustement recevra le salaire de son injustice* Col 3.25
- Le contexte : juste après le commandement avec promesse "Enfants obéissez à vos parents..."

Faites attention
Ne méprisez
pas un de ces petits
Matt 18.10

Corrige-moi, Seigneur, mais avec équité ! Non pas dans ta colère, de peur que tu ne me réduises à rien Jér 10.24

14

Des remèdes

- Communiquer l'amour, remplir le « réservoir affectif »
- Rester empathique : ferme et bienveillant
 - Relativiser
 - Écouter le message dessous les attitudes négatives
 - Discerner le besoin non comblé, les émotions, communiquer
- Apprendre à gérer sa propre colère
 - Analyser ses propres réactions
 - Rester ferme mais agréable... et disponible, ouvert
- Aider l'enfant à apprendre à reconnaître et exprimer sa colère autrement

15

Les antidotes !



16

Le modèle du Père céleste (Ps 103v8-14)

- 8 *Le Seigneur est compatissant et clément, patient ...*
- 9 *il n'accuse pas sans cesse, il ne garde pas rancune*
- 10 *il ne nous traite pas selon nos péchés, il ne nous rend pas selon nos fautes.*
- 11 *...sa fidélité est forte...*
- 12 *...il éloigne de nous nos transgressions.*
- 13 *Comme un père a compassion de ses fils, le Seigneur a compassion de ceux qui le craignent.*
- 14 *...il se souvient que nous sommes poussière.*

17

Deux promesses à 4 siècles d'intervalle

- « *Il ramènera le cœur des pères vers leurs enfants et le cœur des enfants vers leurs pères* » Mal 4.6
- Luc 1.17
 - « *Jean marchera devant Dieu...pour ramener le cœur des pères vers leurs enfants...* »
 - les enfants seront prêts :
 - « *afin de préparer pour le Seigneur un peuple bien disposé* »
- Parler au cœur pour que l'enfant puisse suivre :

L'initiative appartient aux parents !

Mon fils, donne-moi ton cœur
et que tes yeux prennent plaisir à mes voies !
Prov 23.26

18