

## DES INTÉRÊTS PSYCHO-AFFECTIFS DES COLONIES DE VACANCES

Dr Stéphane CLERGET  
Pédopsychiatre  
Ancien Interne des hôpitaux de Paris  
Ancien Assistant des Hôpitaux  
Praticien Hospitalier

Les objectifs des premières colonies de vacances, à la fin du XIXe siècle, étaient selon les textes de l'époque d'améliorer la santé physique des enfants pauvres, en leur faisant profiter d'un air pur, d'une bonne hygiène et d'une saine alimentation. Ces buts restent d'actualité puisque les enfants d'aujourd'hui souffrent d'un manque d'activités sportives, d'une alimentation trop riche en sucre et en gras à l'origine de surpoids et de manque de sommeil (les enfants dorment une heure et demi de moins par nuit par rapport à 1960, ne serait-ce qu'en raison du temps passé devant les écrans de toutes sortes).

En colonie en vacances, les enfants peuvent bénéficier d'un rythme de prise alimentaire et d'un contenu équilibré, d'activités physiques de toutes sortes, mais aussi d'un temps de sommeil qui répond aux besoins de l'enfant (l'heure du coucher notamment est en moyenne moins tardive que lors de vacances familiales). Ces trois éléments favorisent la croissance physique. Si on insistait autrefois sur les bénéfices « physiques » des colonies de vacances, on peut aussi aujourd'hui insister sur les bénéfices psychologiques et affectifs. En sachant que ces divers bénéfices sont intimement liés puisque les activités physiques, une alimentation saine et un sommeil suffisant sont des facteurs majeurs d'un bon équilibre mental et sont de bons régulateurs émotionnels.

Le séjour passé en colo favorise le développement de l'autonomie. Là où un enfant, ayant du mal à grandir dans sa tête, pousserait sa mère à le vêtir, à ranger ses affaires, à être derrière lui pour qu'il se vêtît, se brosse les dents ou qu'il se lave, en colo, l'enfant apprend à gérer ses propres affaires, à assurer son propre entretien, soutenu par le personnel d'encadrement et par le groupe d'enfants grâce aux processus d'imitation.

La colonie de vacances est un lieu majeur de l'apprentissage à vivre ensemble, c'est un lieu d'apprentissage de l'intégration sociale. Et donc un outil de prévention contre la délinquance. On pourrait croire que l'école remplit ce rôle, mais cela n'est vrai que de façon incomplète puisque en dehors des temps de classe, lors des récréations ou des temps de repas, les enfants sont en partie livrés à eux-mêmes et que le personnel présent n'y assure hélas qu'une mission de surveillance pour prévenir des accidents sans un véritable rôle d'enseignement pratique du lien social. Or, savoir jouer ensemble sans violence ne s'improvise pas.

Les divers jeux ou activités proposés en colonie répondent à des règles qui sont le moyen d'apprendre à respecter, devenus adultes, les règles de la vie sociale. En colo, les enfants apprennent à jouer ensemble sous l'égide d'un animateur qui, séjournant jour et nuit avec eux, est reconnu comme interlocuteur valable. Ils apprennent à passer leur tour, à jouer en équipe, à supporter les frustrations de l'échec, à respecter moins fort que soi, à reconnaître le vainqueur de bon droit.



En colo, les adultes luttent beaucoup plus contre la mise en place du statut de bouc émissaire qui fait tant de victimes à l'école ou en dehors. En colo on est vigilant à ne pas laisser un enfant seul, victime de rejet social. L'apprentissage du mieux vivre ensemble passe aussi par la mixité sociale que permet encore bon nombre de colonies. La colo est par ailleurs un lieu majeur d'intégration pour les enfants porteurs d'un handicap, même si l'école depuis peu remplit aussi ce rôle. Les colonies de vacances favorisent l'épanouissement psychologique par différents apports. En premier lieu, les activités diverses sont bénéfiques pour le développement cognitif et psychomoteur des enfants en général. Par ailleurs, certains enfants qui, en raison de difficultés scolaires, manquent d'estime de soi ou se sentent « déclassés » peuvent trouver en colo une reconnaissance qui leur faisait défaut. Car leurs aptitudes dans certains jeux, dans certains sports, dans certaines activités, ou simplement leurs compétences relationnelles vont les rendre populaires auprès des enfants ou des animateurs, alors qu'ils pouvaient croire présenter peu d'intérêt ou avoir un vécu d'exclusion à l'école. La colo apparaît alors pour ces enfants comme un formidable boosteur d'estime et de confiance en soi.

Le séjour en colo d'un enfant est aussi potentiellement bénéfique pour la place de chaque enfant au sein de la famille : pour celui qui part comme pour celui ou ceux qui restent. Dans l'hypothèse où deux frères partiraient en alternance cela fera profiter pour chacun d'eux d'une relation singulière avec ses parents et d'un regard mutuel modifié. Le départ d'un enfant offre en effet un recul de la part des parents dans le regard qu'ils portent sur leur enfant. Par exemple un enfant est parfois rendu responsable des problèmes relationnels à la maison. Il est désigné comme l'« enfant symptôme ». Or si son absence se prolonge, la famille prend alors conscience que d'autres types de problèmes apparaissent, qu'ils prennent simplement un autre aspect, et que si leur enfant est agité à la maison par exemple, ce n'est parce qu'il est la source des difficultés familiales mais, qu'en fait, il se contente de les refléter.

En colo, les enfants ont la possibilité de rencontrer des jeunes adultes qui sont autant de nouveaux modèles possibles pour la construction de leur personnalité. Pour élever les enfants, pour en faire des hommes et des femmes équilibrés, on a encore inventé rien de mieux que des adultes en chair et en os. Les parents sont souvent pris par leur travail, les enfants de parents divorcés voient peu leur père, les familles éclatées géographiquement font que les enfants ont souvent peu de contact avec leur éventuelle parentèle. Il y a l'école bien sûr, mais les enseignants sont dans une relation pédagogique et non affective et de plus les hommes y sont sous représentés. Jamais autant qu'aujourd'hui les enfants n'ont passé si peu de temps avec des modèles adultes proches, en revanche ils prennent de plus en plus modèle sur des personnages de fiction ou des animateurs télé, qui n'apparaissent pas toujours très recommandables.

Les enfants réalisent à distance, quand ils sont en colo, des bienfaits dont ils profitent le reste du temps auprès de leurs parents. Ils prennent conscience de leurs investissements quand jusqu'alors tout leur semblait de l'ordre des choses. Ils sont d'ailleurs souvent plus participatifs et disciplinés à la maison après un séjour en colo. Les séjours en colo sont un bon outil d'équilibre relationnel intrafamilial. Sur le plan éducatif (puisque les colos ont officiellement une mission éducation depuis les années 1930), les animateurs arrivent à faire passer des messages, là où les parents semblent échouer, non pas parce qu'ils seraient plus compétents, mais simplement parce que le lien affectif diffère. En effet, les enfants sont parfois bloqués dans l'apprentissage ou l'application de certaines règles car ils sont aux prises avec des facteurs affectifs vis-à-vis de leurs parents : que cela soit dû à des relations de dépendance (« je veux rester bébé »), à des rivalités avec un frère, une soeur, voire avec un parent lors de processus oedipien. La



séparation d'avec les parents est aussi souvent bénéfique pour les parents eux-mêmes, individuellement mais aussi pour le couple. Certaines mères qui ne travaillent pas en dehors de la maison ne voient pas l'intérêt d'envoyer leur enfant en colo et quand elles le voient, si elles avaient les moyens financiers de le faire, elles se sentiraient coupables de l'y inscrire. La mise en place d'une aide serait aussi une façon de leur dire que l'état valide le caractère bénéfique pour leur enfant d'un tel projet et qu'elles n'ont donc pas à se sentir coupables de vouloir le mettre en oeuvre. C'est bénéfique pour les parents de se retrouver une période sans leur enfant. Cela les repose bien sur, mais cela leur donne aussi la possibilité de se ressourcer individuellement ou en couple et de faire ensuite profiter à leur progéniture des fruits de ce ressourcement. Certains parents oublient qu'ils sont en couple tant le quotidien de la vie de familial les prend. Et certains enfants oublient que leurs parents sont en couple et qu'ils peuvent avoir une vie affective en dehors d'eux. Ils voient bien que leurs parents ont une vie professionnelle mais pour leur vie amoureuse ce n'est pas toujours très net. Or si le couple peut retrouver une vie en amoureux tandis que les enfants partent en colo, ces derniers apprendront que la vie de famille n'empêche pas une vie amoureuse. Plus tard, devenus parents à leur tour, ils n'auront pas besoin d'aller chercher une vie amoureuse en dehors de leur couple. En outre, l'enfant prendra conscience que, sur le plan affectif, s'il est très important pour ses parents, il n'est pas tout. Cela lui évitera de se prendre pour le centre du monde et de ne prendre modèle que sur lui même, sur son nombril. « Si maman prend du plaisir avec papa sans moi », pourra-t-il se dire, c'est que cet homme a quelque chose que je n'ai pas, c'est qu'il en vaut la peine et que je ferai bien de grandir, de l'écouter, pour prendre modèle sur lui.

Quand les parents ont des réserves vis-à-vis des colonies de vacances c'est soit parce qu'ils n'y sont jamais allés, soient parce qu'ils en ont de mauvais souvenirs. Parmi les mauvais souvenirs ce peut être la souffrance d'avoir été séparés de leurs parents. Mais il n'est pas rare que ce mauvais souvenir masque en fait plus globalement un vécu infantile de carence affective que la colonie n'aura compensé que partiellement. Quand aux enfants qui aujourd'hui souffrent d'angoisses de séparation, c'est effectivement une contre-indication à un séjour en colonie mais qui doit être relativisé puisque de courts séjours peuvent justement être utilisés pour apprendre progressivement à l'enfant une autonomie affective. La question du risque de maltraitance est aussi posée par les parents. Mais il faut savoir qu'un enfant victime d'autres enfants dans son quartier pourra en colo, fort d'une identité nouvelle et protégé par les animateurs, quitter cette place de victime. Enfin, la colo est aussi un lieu dans lesquels les enfants sont à l'abri d'une éventuelle maltraitance familiale physique ou psychologique. D'ailleurs il n'est pas exceptionnel que des parents cherchent à protéger leur enfant de leur propre violence ou de celle de l'autre parent en les éloignant d'eux et en les envoyant en colo. Les colonies de vacances apparaissent ainsi bénéfiques à plus d'un titre pour les familles, pour les parents et, bien sûr, pour les enfants.

