



## Ce que les jeunes enfants souhaitent que vous appreniez à leur sujet

Par Dre Deborah MacNamara

Traduit par Nathalie Malo

Les parents sont souvent confus lorsque leur enfant d'âge préscolaire (dont l'âge varie entre 2 et 5 ans) promet solennellement de ne plus frapper ou de crier, et que soudainement, en un court laps de temps, ils recommencent à donner des coups et à hausser la voix de nouveau. Le fait que les jeunes enfants ne réfléchissent pas deux fois avant de passer à l'action et qu'ils ne se préoccupent pas des conséquences de leurs gestes sous l'impulsion du moment, est en partie responsable du problème. Je peux vous garantir qu'il ne s'agit pas d'un complot obscur qui cherche à rendre les parents fous et qui s'adresse à eux personnellement. De plus, il importe de noter que les enfants de cet âge en savent plus long qu'ils ne le croient et qu'ils sont impulsifs de nature.

Les régions du cerveau qui sont responsables de la maîtrise de soi sont en cours de développement auprès des jeunes enfants. À vrai dire, le cerveau humain exhibe 20% de sa croissance à la naissance et en principe, il s'intégrera davantage au cours des six premières années de la vie d'un individu. En d'autres termes, le cerveau continue de créer des connexions qui favoriseront la communication entre les différentes zones qui le caractérisent. Dès que le cerveau est entièrement intégré et que le cortex préfrontal est relié de part et d'autre des hémisphères gauche et droit, alors les enfants d'âge préscolaire disposeront des ressources requises qui leur permettront de contrôler leurs émotions fortes ainsi que leurs gestes.

Je me souviens d'un cas particulier où un père désemparé me demandait ceci : « Est-ce que vous pouvez me dire quand ma fillette de 3 ans apprendra à ne plus frapper son frère? » La réponse à cette question ne relevait pas de l'apprentissage, mais bien des exigences propres au développement du cerveau. Pour cette raison, je lui ai expliqué qu'il pouvait comparer son enfant à une voiture rapide qui est dépourvue de freins. En effet, elle pouvait accélérer et aller dans maintes directions (et s'écraser) si elle ne bénéficiait pas de la présence d'un adulte à ses côtés. Conséquemment, cette fillette sera en mesure d'appliquer ses freins internes de manière à tempérer son comportement au moment où la région préfrontale de son cerveau sera davantage développée.

En sachant que les enfants d'âge préscolaire sont incapables de se concentrer sur plus d'une chose à la fois tandis qu'ils se trouvent dans l'excitation du moment, il est fort probable que les consignes émises par leurs adultes soient éclipsées et ce, compte tenu de ce qui se déroule devant eux. Effectivement, vous pouvez leur demander de venir souper, par contre leur intérêt se situe ailleurs de sorte qu'il devient difficile de capter leur attention. Pendant que les enfants d'âge préscolaire sont concentrés sur un élément précis, ils leur arrivent « d'oublier » ce qu'ils faisaient auparavant, dont notamment les directives de leurs parents. Ces enfants n'ont pas d'arrière-pensée ou ils ne détiennent pas une conscience qui leur suscite des conflits internes et qui leur crie : « Hé, arrête!! » ou « Écoute 30 secondes! ». En outre, cet état de fait explique pourquoi ils sont si impulsifs.

La question à laquelle tous les parents aimeraient obtenir une réponse est celle-ci : « À quel âge peuvent-ils s'attendre à ce que leur enfant d'âge préscolaire devienne plus tempéré et apte à contrôler ses humeurs de même que ses agissements? » Selon les travaux du psychologue développemental Jean Piaget, l'expression « la période de 5 à 7 ans », a été formulée pour désigner l'âge auquel le cerveau d'un

enfant d'âge préscolaire devrait être capable de concilier des sentiments et des pensées contradictoires. Cependant, il importe de souligner que c'est bel et bien le conflit entre deux sentiments ou pensées opposés qui freine les réactions impulsives des enfants.

Alors qu'un enfant est confronté à un conflit interne, son sentiment de frustration sera atténué par un sentiment de sollicitude, sa peur par le désir, et il sera dorénavant susceptible de tenir compte simultanément de ses besoins et de ceux d'autrui. À vrai dire, vous pouvez observer directement ce conflit parce que les enfants peuvent se mettre à trembler et à frémir sans toutefois éclater avec le même mode non-civilisé. Cette capacité à éprouver des sentiments mitigés met un frein aux conduites qui s'avèrent être les plus impulsives de l'enfant d'âge préscolaire. Dans cette optique, ils seront désormais aptes à réfléchir avant de parler, et en outre de garder un secret ainsi que de raconter un vrai mensonge.

### **L'emploi de pratiques disciplinaires sécuritaires en ce qui concerne l'attachement des enfants d'âge préscolaire**

Ce que les enfants en bas âge, d'âge préscolaire et de maternelle aimeraient véritablement que leurs adultes réalisent, est le respect et l'admiration qu'ils portent envers les personnes auxquelles ils ressentent un attachement, et qu'il arrive généralement qu'ils désirent répondre à leurs attentes. Par la même occasion, ils vivent dans le moment présent et les consignes parentales peuvent aisément se dissiper si leur attention a été attirée autre part. Ces enfants aimeraient également que leurs parents ne leur reprochent pas le fait qu'ils sont des êtres spontanés et instinctifs qui agissent en accord avec leurs pulsions et leurs émotions et ce, dès qu'elles émergent en eux.

Les cinq pratiques disciplinaires suivantes envers les enfants d'âge préscolaire portent sur un attachement sécuritaire et propice au développement, et ce, tout en permettant au jeune enfant de disposer du temps qui lui est nécessaire pour qu'il soit en mesure de grandir adéquatement.

- 1. Apprivoiser avant de diriger** – Avant de diriger un enfant à propos de ce que vous voulez qu'il accomplisse, il importe de solliciter son désir de vous suivre en faisant appel à ses instincts d'attachement. Cela implique spécifiquement de le côtoyer amicalement tout en tentant d'apprivoiser ses yeux et ses oreilles et ce, notamment en constatant et en lui parlant des activités dans lesquelles il est impliqué. Cette façon subtile et pourtant efficace d'attirer son attention, de même que le fait de le rendre réceptif aux consignes permet d'éviter plusieurs difficultés qui sont dues à « l'absence d'écoute » ainsi qu'à la résistance.
- 2. La mise en œuvre de structures et de routines** – Le fait d'instaurer des routines prévisibles et un échéancier permet d'orienter les jeunes enfants conformément aux attentes qui leur sont dédiées et ce, sans « devoir leur donner des ordres. » Subséquemment, des chansons peuvent être utilisées pour leur indiquer qu'il est temps de ranger leurs choses, d'enfiler leur pyjama ou de brosser leurs dents. Les routines aident à pallier aux manques de sensibilisation et de conscientisation des enfants d'âge préscolaire relativement à un contexte plus vaste et elles contribuent à orchestrer leur comportement selon un mode d'attachement qui se veut sécuritaire et favorable au développement.
- 3. Solliciter leurs bonnes intentions** – L'une des approches disciplinaires qui est judicieuse et qui s'adresse aux jeunes enfants consiste à devancer les situations auxquelles ils sont susceptibles de se heurter éventuellement. Notamment, il peut s'agir de refuser catégoriquement de vouloir vous prendre la main lors d'une sortie ou de s'opposer à partager leurs jouets avec d'autres

enfants. À cet effet, il peut être pertinent de solliciter leurs bonnes intentions avant de quitter la maison plutôt que d'attendre que des ennuis se pointent. Une fois que vous avez apprivoisé les enfants, vous pouvez leur demander ceci : « Est-ce que je peux compter sur toi pour que tu me tiennes la main quand nous sortirons? », soit une question à laquelle ils répondront en toute franchise. Ainsi, s'ils répliquent par un oui, il suffira de leur remémorer, lors de votre sortie, qu'ils vous ont promis de vous tenir la main. Néanmoins, s'ils protestent, alors vous pouvez les aider à comprendre la raison pour laquelle il est important de se tenir la main et ce, afin d'obtenir leur coopération. Nous pouvons éviter de faire face à des réactions démesurées qui pourraient se manifester soudainement lorsque nous anticipons des problèmes à l'avance et que nous sommes en mesure de mettre un jeune enfant de notre côté.

4. **Évitez l'usage de retrait ou de toutes disciplines qui se basent sur la séparation** – Il convient de sauvegarder auprès de nos enfants d'âge préscolaire ce désir de nous suivre et de nous obéir, et cela signifie que nous ne devons pas utiliser les choses qu'ils affectionnent contre eux. Il importe de spécifier que la séparation constitue l'expérience la plus significative et marquante de toutes. Sous cet angle, il est préférable de s'abstenir d'employer des techniques telles les retraits ou 1, 2, 3 magique! puisqu'elles s'avèrent être plus néfastes que bénéfiques en ce qui concerne notre relation avec eux. Or, l'aptitude à travailler avec de jeunes enfants et à capter leur attention dans le but de les orienter dépend en grande partie de la solidité de la relation que nous entretenons avec eux.
5. **Enseignez un langage qui est issu du cœur** – Une des manières dont un jeune enfant nécessite de l'aide consiste à faire correspondre des mots aux émotions qu'il ressent. Au moment où il peut utiliser ses mots pour décrire ses états d'âme, tels que « Je suis frustré », alors il sera moins susceptible de se servir de son corps ou de ses cris pour transmettre ses besoins. Si nous souhaitons qu'un jeune enfant s'exprime d'une façon civilisée et courtoise, nous devons commencer par lui fournir des mots qui lui conviennent et qu'il peut employer.

Les enfants d'âge préscolaire représentent l'émerveillement et la beauté qui sont propres au développement de l'être humain. En outre, ils ont la capacité d'évoluer, en quelques années, et ce, en passant d'êtres impulsifs à civilisés. En principe, les parents ont un rôle crucial à jouer et celui-ci implique de compenser pour l'immaturité des enfants, de les orienter vers des moyens d'expression qui sont civilisés et de continuer à s'occuper d'eux tout au long de leur existence. En définitive, quand nous aurons fait notre part, la nature s'occupera forcément du reste, et par conséquent, elle nous aidera à élever nos enfants par le fait même.

***Tous droits réservés Deborah MacNamara***

Deborah MacNamara est auteure du livre « ***Jouer, grandir, s'épanouir*** », et elle est membre du corps professoral de l'Institut Neufeld, ainsi que directrice de **Kid's Best Bet**, un centre de consultation et de ressources familiales. Pour de plus amples renseignements, veuillez visiter

[www.macnamara.ca](http://www.macnamara.ca) et [www.neufeldinstitute.org](http://www.neufeldinstitute.org)