



NON À MAMAN, OUI À L'AUTONOMIE

Par MARIE-HÉLÈNE PROULX

« Mon fils non plus n'écoute pas les consignes; plus je lui dis, plus il fait exprès pour provoquer. Même les conséquences que j'essaie de lui mettre lorsqu'il n'obéit pas, il trouve cela drôle. Lorsque c'est la quatrième fois que je lui demande quelque chose et qu'il ne le fait toujours pas, il peut se jeter par terre et me faire une *crise du bacon* », me raconte Annie, la maman de Samuel, 3 ans.

Une réaction tout à fait typique d'enfant... et de parents, paraît-il, à une époque de la vie de l'enfant où la douce fusion de la première année de vie cède peu à peu le pas au désir et à l'aptitude que développe l'enfant d'explorer le monde. «Vers un an, l'enfant réalise qu'il n'est pas tout seul, qu'il y a d'autres personnes avec des désirs différents des siens et qu'il peut avoir ses propres *je veux*», explique Anne-Marie Delisle, psychoéducatrice.

N'ayant pas tout le développement intellectuel nécessaire pour comprendre en observant, le petit marcheur de 12 mois doit d'abord expérimenter quotidiennement. Explorer l'environnement, cela signifie, pour l'enfant, d'essayer de mieux comprendre son effet sur les choses, mais aussi sur les gens. Et comme, dans cette découverte de soi, l'enfant n'a pas encore bien appris à se maîtriser lui-même, il est fort probable qu'il éprouve de la difficulté à résister à une tentation, même s'il se contente parfois d'oppositions plus subtiles, comme de contourner une consigne lorsque l'on a le dos tourné. L'enfant peut être attiré par une manette pour voir ce que cela provoque, mais si le parent dit *non*, la curiosité devient encore plus grande. L'enfant veut aussi explorer la réaction de son geste... sur ses parents, qui ne répondent plus aussi immédiatement à ses désirs et s'opposent de plus en plus souvent à ses élans de curiosité : «Plus il bouge, plus il se fait dire *non* par ses parents et apprend le pouvoir de ce mot magique et se demande si cela va faire la même chose si c'est lui qui le dit», remarque l'intervenante en petite enfance Sylvie Bourcier.

Mais cette autonomie si convoitée attire autant qu'elle effraie, le fait vouloir rester *tout seul* dans une pièce, pour revenir aussitôt vérifier si maman est bien restée là, juste à côté. Elle ouvre la voie à de nouvelles tentatives maladroites parfois suivies de quelques colères lorsque l'on offre de l'aide : «Il veut à la fois faire tout seul et pouvoir dire *pas capable* parce qu'il ne sait pas comment ou ne veut pas faire l'effort. Pour un parent, ça peut être frustrant d'avoir si souvent envie de lui demander *Finally, tu veux ou tu ne veux pas?*», résume Marie-Christine Harguindeguy-Lincourt,

psychoéducatrice au Centre d'aide et de soutien aux intervenants et organismes en petite enfance. Pour Annie comme pour bien d'autres mamans, le fait que les demandes de l'enfant ne soient pas toujours cohérentes complique encore les choses : «On dirait que Samuel veut faire les choses tout seul et c'est ce qu'il dit, *capable tout seul*, mais en même temps, il ne veut pas le faire et me regarde en souriant et en me disant *Pas comme ça hein? Pas comme ça?*

Je vois bien qu'il comprend la consigne, mais que ça l'amuse.»

Quoiqu'il semble s'amuser, l'ambivalence et les changements d'idée à quelques secondes d'intervalle tiennent aussi au fait que dans cette découverte de sa relation au monde, l'enfant ne mesure pas encore tout à fait l'impact de ses actes ou de ses demandes : «En disant *non*, l'enfant nous joue des tours, mais il s'en joue avant tout à lui-même.

FUN TROPOLIS
CENTRE D'AMUSEMENT

Bientôt:
Nouvelles
attractions
uniques

NOUS AGRANDISSONS
pour **DOUBLER** votre **FUN...tropolis!**

FUNTROPOLIS.CA 450.688.9222
3925, BOUL. CURÉ-LABELLE, CHOMEDEY, LAVAL

Il y a des choses dont il a envie, mais il a quand même expérimenté le *non* sans y penser et se prive de choses qui l'intéressent beaucoup. Il vaut donc mieux ne pas traiter ses *non* comme de grandes vérités», conseille Anne-Marie Delisle.

ATTENTION : LE PARENT AUSSI APPREND À DIRE NON

La sensibilité du parent à ce besoin d'affirmation de son enfant peut varier aussi beaucoup d'un parent à l'autre, ce qui amène les enfants, de leur côté, à multiplier leurs démarches pour s'opposer et confronter ou, au contraire, à craindre les réactions et se soumettre. Sans recette magique pour guider l'enfant, mais avec le désir sincère de lui rendre la vie agréable, les tentatives des parents pour maintenir une certaine routine peuvent parfois générer bien de la culpabilité : «Entre l'école, la garderie, les bains et le dodo, on ne passe pas tant de temps que cela ensemble et les parents n'ont pas envie de le sacrifier à intervenir auprès de l'enfant, même si, au bout du compte, en ne mettant pas de limites et en supportant une demie heure de conflit, le temps de qualité risque de devenir encore plus rare», souligne madame Delisle.

Les parents doivent alors s'adapter à ces enfants différents dont certains, admettent les spécialistes, font preuve d'une nature plus affirmative, plus ardente, plus passionnée. Pour certains, l'affirmation peut même passer plus régulièrement par l'agression physique, la tendance à ne pas changer sa conduite après avoir été puni, à ne pas se sentir coupable ou à montrer des signes de rébellion. Ces tempéraments dits *plus difficiles* finissent souvent par aller de pair avec des réactions plus coercitives de la part du parent. Est-ce que c'est le comportement plus coercitif qui rend l'enfant plus opposant ou l'opposition qui provoque la coercition ? «C'est difficile à dire, mais une chose est certaine : c'est un cycle à briser», affirme Raymond Baillargeon, professeur en sciences de la santé à l'Université d'Ottawa. Les mamans rencontrées au Carrefour Familial Hochelaga se rappellent toutes, quant à elles, d'avoir senti un jour ou l'autre leur cœur se serrer ou les ressources leur manquer... ou encore la patience : «Quand je suis pressée de revenir de la garderie ou que je veux lui donner un bonbon, il négocie tout le temps, je veux jouer encore, juste un bonbon de

plus, maman, et là, tu dois négocier. Parfois, on va presque jusqu'à la menace. Bon, ce n'est pas l'idéal, mais je vois qu'Arthur réagit, qu'il comprend», rapporte pour sa part Lyne, responsable d'Arthur, 3 ans. Bien que la tentation soit forte, Marie-Christine Harguindeguy-Lincourt croit également que la menace fait perdre au parent de belles occasions de favoriser l'auto-contrôle de l'enfant : «Bien sûr, l'enfant peut arrêter, mais encore faut-il qu'il arrête pour les bonnes raisons. Si l'enfant arrête sous la menace, il ne peut pas faire le lien entre l'interdit du parent et ce que celui-ci tente de lui enseigner à propos de la société qui ne veut pas ou n'accepte pas tel ou tel acte.»

Mais en même temps, remarquent les chercheurs, les enfants de cet âge ont plus que jamais besoin de balises et en réclament même parfois plus directement, à travers les moyens qu'ils ont, lorsqu'elles tardent à venir : «Si on laisse tout le pouvoir à l'enfant, il ne se sent pas assez important pour que l'on s'occupe de lui. Certains vont même jusqu'à avertir leurs parents qu'ils se mettent en danger», explique Anne-Marie Delisle. En lui offrant des repères, les parents ou les éducateurs offrent à l'enfant ses premières prises de conscience des principes de la réalité extérieure et une certaine résistance à la frustration qui pourra, éventuellement, lui éviter quelques rejets : «Avant 7-8 ans, l'enfant ne comprend pas encore vraiment d'emblée les explications qu'on lui donne concernant les conflits et les oppositions, mais cela donne déjà des éléments à l'enfant pour décoder et développer ses habiletés sociales», ajoute Sylvie Bourcier.

Cet encadrement lui offre des repères non seulement dans le monde, mais aussi en lui-même, puisque, dans ces moments d'intenses émotions, il lui arrive de se reconnaître à peine. L'adulte doit alors se mettre à la portée de l'enfant, qui parvient à identifier des émotions simples comme *content* ou *fâché*, mais rarement à comprendre ce qui déclenche ces émotions. Afin de préserver une attitude à la fois douce et ferme, plutôt que de se laisser emporter par l'émotion de l'enfant, ce qui lui projetterait une image encore plus négative de lui-même, Sylvie Bourcier propose de toujours garder en tête que : «Quand l'enfant dit *non* ou veut tout faire tout seul, il ne le fait pas à *moi*, il travaille *pour lui*, pour se construire.»

PROBLÈMES DE SOMMEIL? PROBLÈMES DE COMPORTEMENT?

Le sommeil du nourrisson
BRIGITTE LANGEVIN
SAVIEZ-VOUS QUE LES HABITUDES ADOPTÉES DÈS LE PLUS JEUNE ÂGE DÉTERMINENT SI L'ON SERA UN BON OU UN MAUVAIS DORMEUR? VOUS Y TROUVEREZ LA STRATÉGIE DES 15 SECONDES ENTièrement DÉTAILLÉE.

Comprendre les dessins de mon enfant
Brigitte Langevin
Bien informé, vous serez à même de voir au-delà de l'aspect pictural d'un croquis et regarder les dessins d'enfant sous un autre angle afin d'en saisir le message.

Comment aider mon enfant à mieux dormir
Brigitte Langevin
Enfin, des réponses à vos questions mais surtout... des solutions! À l'intérieur du livre un coupon-rabais pour une consultation avec l'auteure.

Mieux dormir... j'en rêve!
Brigitte Langevin
Étudiant, femme enceinte, travailleur de nuit, etc... vous découvrirez une foule de conseils et de solutions pour vous guider vers un repos optimal.

Une discipline sans douleur
Brigitte Langevin
Propose des méthodes d'intervention efficaces, pratiques et non violentes pour corriger les attitudes indésirables et inculquer de saines habitudes de vie.

Pour plus d'informations, visitez mon site web:
www.brigitteangevin.com

Pour l'aider dans cet apprentissage, encore faut-il parfois être prêt à renoncer, pour le moment, aux mots abstraits portant sur de grands principes comme *respect* ou *c'est mal*, pour favoriser plutôt des termes comme *je n'aime pas cela* ou *ça me fait mal*. Il en va de même pour la manière d'exprimer les consignes, à propos desquelles Sylvie Bourcier propose la règle des 5 C : les règles sont-elles **claires** : Est-ce que je me suis assurée qu'elles ont bien été comprises ? Sont-elles **concrètes** : Est-ce qu'elles reposent vraiment sur des actions à propos desquelles l'enfant peut faire des choix plutôt que sur des principes plus vagues comme *sois gentil* ? Sont-elles **constantes** : Est-ce que l'enfant peut s'attendre à la même réaction de ma part chaque fois, de manière à se fixer des repères ? Sont-elles **conséquentes** : Y a-t-il un lien direct et naturel entre ce que peut faire l'enfant, les conséquences annoncées et les réactions de ses parents par la suite ? Sont-elles **cohérentes** : Comme parents, respectons-nous, devant nos enfants, les principes que nous tentons de leur inculquer à travers nos interdits ?

Marie-Christine Harguindéguy-Lincourt suggère pour sa part de donner parfois de faux choix à l'enfant, ce qui permet d'atteindre nos résultats quoiqu'il arrive : « Par exemple, on peut demander à l'enfant qui joue s'il veut venir tout de suite ou dans cinq minutes. C'est certain qu'il va vouloir venir plutôt dans cinq minutes s'il s'amuse, mais le résultat est là quand même : il partira et s'il résiste, là on peut se montrer plus ferme et lui rappeler que c'est son choix. » Mais lorsque l'émotion est trop forte, la première étape devrait d'abord être, croit-elle aussi, de prendre le recul nécessaire devant la situation. Cette leçon, les trois mamans rencontrées au Carrefour Familial Hochelaga semblent l'avoir instinctivement appliquée avec succès, un jour ou l'autre : « Quand on ignore les crises, on a le contrôle; mais l'enfant pense qu'il l'a aussi parce qu'il peut choisir le moment où il arrête et où tu t'occupes de lui », remarque Annie. Selon madame Sylvie Bourcier, ce retrait, s'il est fait de manière sécuritaire, douce et prévisible, n'est en rien incompatible avec une attitude chaleureuse et, surtout, avec les apprentissages très naturels auxquels les parents veulent préparer leurs enfants : « C'est un modèle positif et une façon de montrer à l'enfant qu'il peut être possible de contrôler sa colère. »

ÇA VA FINIR UN JOUR... NON ?

Lorsque la situation va à la dérive, les parents se sentent parfois laissés à eux-mêmes, remarque Raymond Baillargeon : « Mes recherches confirment que les deux tiers des enfants qui manifestaient des signes d'opposition plus prononcés à 17 mois le font toujours douze mois plus tard. En garderie, les éducatrices sont aussi en mesure de voir toute la journée des comportements agressifs qui ne passent pas et pour lesquels rien n'est fait. Qu'est-ce qui est pire pour un parent, savoir ou non ? Lorsque des parents en détresse se font répondre *Ça va passer tout seul* et que ça ne passe pas, ça n'aide pas, ça crée seulement un sentiment de fausse sécurité et plus de détresse par la suite. Je crois que l'on devrait plutôt offrir un suivi aux parents pour qui cette étape est difficile à traverser. »

Le réseau de soutien qui entoure la famille joue d'ailleurs un rôle indéniable dans les relations avec les petits, disent les chercheurs, qu'il s'agisse de l'entente entre les parents, des habiletés pour adopter des comportements d'autorité, de l'entente entre frères et sœurs ou du soutien dont bénéficient les parents dans l'entourage. Mais cet entourage, qui peut offrir aux parents une multitude de ressources, s'étend bien évidemment aux réseaux informels ou aux services communautaires. Les échanges entre parents ou avec les éducateurs peuvent aussi aider les parents à vérifier l'évolution de leur enfant ou encore à trouver de meilleurs moyens d'atteindre leurs objectifs. Bien sûr, cela suppose de prendre le temps de les dénicher ou de les entretenir, une démarche que Valérie n'a jamais regrettée : « Moi, l'éducation, j'ai appris cela sur le tas. Mes parents se sont séparés tôt et ma mère n'était pas très disponible, alors j'ai fréquenté des organismes communautaires comme ici, au Carrefour Familial. J'ai regardé les autres parents et j'ai choisi ce qui était bon pour moi. J'ai une amie aussi qui garde depuis qu'elle est très jeune et qui me donne des conseils. Parfois, je m'enferme dans les toilettes et je lui dis *J'ai besoin de 15 minutes de ton temps* et je sais qu'elle est là pour moi ou, parfois, pour s'occuper des enfants. Sa mère m'encourage aussi, comme une mère. »



Centre culturel de Pointe-Claire, Stewart Hall

Portes ouvertes: le mardi 7 février 2012: 9 h à 11 h



Visitez notre préscolaire
culturelle bilingue

“Apprendre en s’amusant”
(3½ à 5 ans)

À travers des ateliers d'arts plastiques, de jeux créatifs, de musique, de danse et d'art dramatique où règnent le plaisir et le jeu, votre enfant développera sa créativité, son estime de soi, son imagination, sa motricité... le tout dans un environnement bilingue.

Appelez pour réserver votre place pour la journée
« portes ouvertes », ou pour de plus amples informations: 514-630-1220

DIRE OUI À NOS VALEURS

Mais si le soutien des autres peut être nécessaire, chaque parent, rappelle Anne-Marie Delisle, doit d'abord parvenir à identifier ses propres repères pour guider son enfant : « Je comprends les parents de se sentir impuissants, devant un enfant qui dit non à répétition. Même moi, qui suis psychoéducatrice, certains jours, je voudrais rentrer dans la garde-robe et y rester. Parfois même, les parents savent quoi faire, mais ne se font plus confiance à force d'être trop guidés. » Le parent ne peut donc pas simplement chercher autour de lui quel est le juste milieu, entre trop de souplesse et trop de rigidité, mais bien quel est son juste milieu, celui dans lequel l'enfant doit apprendre à évoluer et respecter les règles. Le parent peut rester ainsi plus fidèle à lui-même, un élément essentiel, selon Sylvie Bourcier : « Le pire, c'est lorsque l'incohérence se retrouve dans une même personne; une journée, le parent réagit d'une façon et l'autre jour d'une autre. »

Lorsque les parents parviennent à établir une certaine cohérence entre leurs valeurs et leurs approches respectives, ils simplifient également beaucoup la vie à leur enfant en âge d'en tester les limites, même si on ne peut pas viser la cohérence parfaite. Annie remarque, à ce sujet, que « même pour les petits changements, les enfants aiment savoir, et même quand c'est pour faire quelque chose de différent et d'agréable. L'été, par exemple, durant les vacances, les règles changent et les crises sont plus fréquentes ». Selon Anne-Marie Delisle, les enfants... et leurs parents sont toutefois souvent mieux équipés qu'ils ne le croient pour affronter leurs divergences : « Souvent, les parents sont d'accord sur le *pourquoi*, mais c'est le *comment* qui diffère. Lorsqu'ils s'en rendent compte, leurs approches deviennent plus souples et solidaires. »

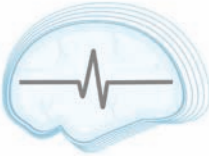
Ce soutien familial, la solidarité autour de valeurs communes et les marques d'amour quotidiennes préparent aussi

l'enfant à d'autres milieux, où ses comportements ne seront pas nécessairement aussi bien acceptés et où il devra davantage faire ses preuves : « Vers 2 ans, l'enfant est plus actif physiquement que jamais. Est-ce qu'on peut parler d'une activité normale ou d'une hyperactivité pour tel ou tel enfant ? Ça dépend en grande partie de son milieu, de la manière dont son besoin de bouger est perçu et répondu par ses parents, son éducatrice et la préparation des deux milieux. Un enfant actif dans une famille active dérange beaucoup moins que dans un milieu de garde qui serait moins préparé à gérer des enfants plus actifs », nuance Anne-Marie Delisle.

POURQUOI... JE VEUX

Ces expériences le préparent alors aux défis d'un tout autre calibre qui l'attendent à la garderie : « Les enfants s'y trouvent confrontés au fait qu'ils ne sont pas le nombril du monde et qu'ils sont entourés d'autres enfants qui ont aussi envie de dire non », souligne Anne-Marie Delisle. Mais peu à peu, l'enfant se forge son empathie, à partir du moment où il devient capable de tenir un peu plus compte de deux points de vue à la fois, celui de l'autre et le sien ou, encore, le fait que l'on puisse trouver du bon et du mauvais chez une même personne. « Je lui dis, à Arthur, lorsque je trouve cela difficile entre nous deux. Je ne suis pas toujours certaine qu'il comprend, mais au début, il semblait plus insensible quand il faisait quelque chose comme mordre un ami; maintenant, il se sent coupable d'avoir mordu. Mais il lui reste encore à apprendre à utiliser les mots plutôt que de passer à l'acte quand quelque chose le dérange. » Dans les moins bons jours, il devient parfois nécessaire d'aller jusqu'à arrêter le comportement inacceptable si l'enfant n'est pas capable de s'arrêter lui-même, et même de l'isoler; mais déjà, vers 4 ans, les enfants commencent à développer d'eux-mêmes la tendance à éviter les comportements irritants plutôt que de rester en situation de conflit.

Lorsque l'enfant se retrouve dans une situation de plus grande sécurité

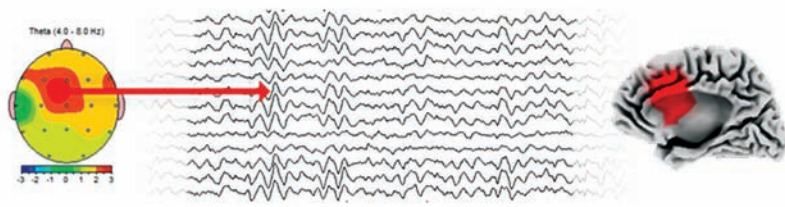


**INSTITUT
PSYCHONEURO
INSTITUTE**

Vous pensez avoir un Trouble Déficitaire de l'Attention?

Sachez que l'**électroencéphalographie quantitative** permet de mesurer si votre cerveau a ce trouble neurologique.

Il est aussi possible d'améliorer la concentration soutenue en rétablissant l'activité cérébrale par le **neurofeedback**.



Contactez-nous !

Dr Vincent Paquette, M.Sc., Ph.D. | 3501 rue Peel, Montréal, (Québec), H3A 1W7
514-667-0198 | info@institutpsychoneuro.com | www.institutpsychoneuro.com

psychologique et que ses parents trouvent les moyens de lui changer les idées plutôt que d'insister sur l'opposition, il se peut qu'avec le temps, l'enfant parvienne à trouver, dans une relation de complicité avec ses parents, des moyens plus sécuritaires et enthousiastes de faire ses apprentissages. L'enfant développe alors graduellement les habiletés et le langage pour passer par le *je veux* plutôt que *non* et *moi capable* pour exprimer ce qu'il désire. Le *non* est aussi de plus en plus éclipsé par le *pourquoi*, beaucoup plus utile pour établir des liens grandement plus efficaces et logiques entre les réalités. « Avec les *pourquoi*, parfois ils savent les réponses, mais demandent des *pourquoi* pour avoir raison et les *parce que c'est comme cela* sont loin de suffire. Mais d'autres fois, ils ne le savent vraiment pas, ou en savent juste assez pour tout mélanger », a pu observer Lyne.

Les parents peuvent néanmoins remarquer les nouvelles habiletés langagières dans leur envie nouvelle de négocier déjà bien avant 3-4 ans : une tendance très légitime, mais qui peut devenir une habitude un peu envahissante si on y cède un peu trop. Selon Raymond Baillargeon, le but n'est toutefois pas de contrecarrer cette nouvelle tendance qui habituellement ne pose pas de problèmes majeurs. « L'enfant découvre de nouveaux moyens de prendre sa place et développe ses habiletés intellectuelles : pourquoi ne les utiliserait-il pas ? D'ailleurs, c'est rarement l'excès d'argumentation qui est perçu comme un problème grave, mais plutôt le manque d'affirmation, qui peut dénoter une certaine forme d'anxiété. »

Les parents peuvent d'ailleurs aider les enfants à multiplier les occasions où ils pourront vivre cette autonomie et multiplier les réussites : « Mais encore faut-il tenter d'équilibrer nos interventions, choisir les moments où l'on décide de les exercer en se demandant *est-ce qu'il est en mesure de décider ? Qu'est-ce que je peux laisser passer ou lui laisser choisir qui désorganisera le moins les routines ou la vie de famille ?* », suggère Marie-Christine Lincourt. Les parents y gagnent alors en moments agréables dans les zones de la vie qui ne sont pas encore touchées par le non, pour aller s'y ressourcer : « Des bons moments dans cette période-là,

SUGGESTION DE LECTURE DE MARIE-CHRISTINE HARGUINDÉGUY-LINCOURT

POUR LES PARENTS :

Bourcier, Sylvie (2008) *Agressivité chez l'enfant de 0 à 5 ans (L)*, éd. Sainte-Justine, Montréal, 213 p.

Bourcier Sylvie (2004) *Comprendre et guider le jeune enfant, à la maison, à la garderie*, éd. Sainte-Justine, Montréal, 168 p.

Ferland, Francine (2004) *Développement de l'enfant au quotidien, du berceau à l'école primaire (L)*, éd. Sainte-Justine, Montréal, 248 p.

POUR L'ÉDUCATEUR :

Bouchard, Caroline () *Développement global de l'enfant en contexte éducatif (Le)*, éd. Presse de l'Université du Québec, Québec

POUR LES ENFANTS :

Nadeau, Nicole (1994) *Non, j'ai dit non*, éd. Chouette, Montréal 26 p.

il y en a aussi, il ne faut pas se le cacher. Les enfants sont plus autonomes, ils veulent aider beaucoup plus qu'avant et quand il dit *Je t'aimerai toujours maman et plus tard, c'est moi qui vais prendre soin de toi, le cœur te fond*», remarque Annie.

MERCI À :

Anne-Marie Delisle, psychoéducatrice en clinique privée en petite enfance ainsi que pour l'Association Panda des Basses-Laurentides.

Marie-Christine Harguindéguy-Lincourt, psychoéducatrice au Centre d'aide et de soutien aux intervenants et organismes en petite enfance, www.casiope.org

Sylvie Bourcier, intervenante en petite enfance et auteure

Raymond Baillargeon, professeur en sciences de la santé à l'Université d'Ottawa

Et aux généreuses mamans du Carrefour Familial Hochelaga : Valérye, Annie et Lyne