

3^{ème} année lettres françaises

La psychologie de l'enfant est une discipline de la psychologie qui a pour objet d'étude les processus de pensée et des comportements de l'enfant, son développement psychologique et ses problèmes éventuels.

Développement psychologique de l'enfant

Les grandes étapes majeures du développement psychologique de l'enfant :

Connaître les étapes du développement psychologique de l'enfant est une nécessité pour aider les enseignants ou ceux qui s'occupent de l'enfance à mieux comprendre les phases que le jeune traverse dès sa naissance.

À six semaines, le premier sourire intentionnel apparaît et prouve que l'enfant est en interaction avec l'autre.

À huit mois, il ressent qu'il existe individuellement et qu'il n'est plus en fusion avec sa mère.

À neuf mois, les premiers cauchemars peuvent survenir, signes de l'évidence que lui et sa mère sont deux êtres bien distincts.

Cette séparation symbolique lui indique qu'il est donc dépendant de ses parents. Et plus généralement des adultes. Ce manque d'autonomie et cette vulnérabilité l'atteignent au point de provoquer des cauchemars.

À partir de dix-huit mois : le début de la phase d'opposition.

Jusqu'à trois ou quatre ans, l'enfant entre dans une phase dite d'opposition systématique à tout ce que ses parents ou « substituts de parents » c'est à dire vous les professionnels de la petite enfance, qui lui proposent ou lui imposent. Une bonne partie des « non » qu'il va énoncer constitue des tentatives de se démarquer des souhaits et des désirs de ses parents.

Cela reviendrait pour lui à dire à l'adulte qui l'a en charge : « Toi, c'est toi et moi, c'est moi », une manière comme une autre d'affirmer qu'il existe à part entière et se distingue bien mentalement de ses parents.

Vers deux ans : toujours le "non" et les premières peurs.

Les premières difficultés d'endormissement apparaissent. L'enfant se met à avoir peur de s'endormir. Il a peur seul dans le noir, craint quelque chose mais sans même en avoir conscience, ne peut véritablement dire ce qu'il redoute car la raison de ses peurs est floue. Il refuse alors de se séparer de ses parents.

Certains, à cet âge, connaissent des phases de cauchemars, ces troubles du sommeil correspondant précisément au fait que le caractère de l'enfant s'affirme de jour en jour.

Il devient capricieux, exigeant et veut tout régenter. Or, autant il se prétend omnipotent dans la journée (et dit non à tout), autant, la nuit venue, il se ravise et se sent faible et fragile.

Le souvenir des énervements et des crises qu'il a su générer auprès de ses parents l'envahit et inconsciemment, il se culpabilise et fait des cauchemars.

Au matin, le cauchemar l'ayant « acquitté » de son fort caractère de la veille, il repart de plus belle et recommence à dire « non ! ».

Entre deux et quatre ans : l'individuation

L'enfant va réaliser un travail mental de tout premier ordre : l'individuation. C'est-à-dire la constitution de lui-même en tant qu'individu à part entière : un être indivisible, un et uni.

Pour cela, il va appréhender tout l'univers qui le constitue : ses parents, sa maison, son doudou, ses frères et sœurs, son assistante maternelle, sa référente à la crèche « hadana », ses jouets, les joies et les peines qui l'animent, la jalousie les peurs etc., pour en faire quelque chose de cohérent, contenu en lui.

L'image la plus réaliste pour représenter ce travail de constitution en un tout unifié est celle du puzzle. Rassembler les parties en un ensemble cohérent dans un cadre défini. Ce « travail » mental est essentiel pour la suite de l'organisation de la personnalité de cet enfant. En effet, c'est lorsque l'enfant ne parvient pas bien à réaliser ce « puzzle symbolique » qu'il y a un risque de morcellement de l'individu.

Trois exemples simples et caractéristiques de cet âge nous rappellent l'importance de cette superbe réalisation mentale.

- L'exemple du biscuit cassé : si, entre deux ans et quatre ans, on propose à un enfant un biscuit cassé en deux, il le refusera car il n'est pas entier ; cela lui rappelle la sensation de morcellement contre laquelle il lutte pour faire de sa personne un tout unifié.
- Beaucoup d'enfants, et principalement les filles, aiment faire des découpages et des collages de pièces de papier et carton de toutes formes. Ces patchworks sont la représentation du travail psychique interne qui les anime. « Couper/coller », n'est-ce pas justement, ce qui le caractérise ? C'est-à-dire rassembler des pièces éparses en un tout ?
- L'enfant n'est pas prêteur durant cette phase d'individuation. Prêter un de ses objets (doudou, jouet, etc.) reviendrait pour lui à s'amputer d'une partie de son capital. Or, ôter une pièce de son puzzle intérieur le fragiliserait, voire le détruirait. À cet âge, il est naturellement égocentrique, c'est-à-dire centré sur son ego.

À quatre ans : il devient un être social

Ce constat est le fruit de recherches sur des enfants qui vivent en France, sachant que cet enfant rejoint l'école maternelle à partir de 3 ans. L'école maternelle, ce n'est pas une crèche ou une garderie c'est une école au sens propre du mot.

D'autres difficultés d'endormissement apparaissent, plus élaborées que celles traversées à deux ans.

En effet, son intelligence progresse et il parvient, cette fois, à mieux percevoir l'objet de ses peurs au moment de s'endormir. Il imagine des êtres humanoïdes ou des animaux venant lui rendre visite.

Selon les enfants, ce peut être un fantôme, un monstre, un ogre, une sorcière ou plutôt le loup, un crocodile, « GHOULA » etc.

Là encore, les prétentions de toute-puissance auxquelles l'enfant aspire tant dans la journée, sont anéanties lorsque tombe la nuit et qu'il doit se séparer durant huit heures ou plus de ses parents protecteurs « **dans les sociétés occidentales, chaque enfant dès sa naissance à sa propre chambre** ». Seul, dans le noir, allongé dans une position qui le fragilise et le rend vulnérable, il prend bien soin de revenir à la réalité : il n'est qu'un enfant, petit et sans force face à son assaillant (inventé de toutes pièces, par ses propres soins).

À cet âge-là, l'enfant apprend à dessiner. Il sait déjà tracer une boucle fermée sur laquelle il appose deux grosses taches pour les yeux et un trait maladroit pour la bouche.

Ainsi, la première ébauche d'un visage humain apparaît sous ses doigts. Au fur et à mesure de son engouement pour le dessin, il va peu à peu représenter graphiquement des formes de plus en plus évoluées pour réaliser, en définitive, un bonhomme complet.

L'enfant se représente le corps humain, son corps, celui de l'autre, et donc lui-même en société. C'est aussi par le dessin que cet enfant devient un être social.

C'est quoi un enfant qui va bien

Pour le psychologue Harry Ifergan, un enfant va bien psychologiquement est un enfant qui témoignera du « triptyque de bonne santé mentale » représenté par trois points essentiels :

- 1- Est-ce qu'il se nourrit bien ?
- 2- Est-ce qu'il dort bien et avec plaisir
- 3- Est-il de bonne humeur et se cela se voit-il ?

Article rédigé par : Harry Ifergan, psychologue, psychanalyste, auteur de "Mieux comprendre mon enfant".Marabout

PUBLIÉ LE 28 FÉVRIER 2016

MIS À JOUR LE 08 MARS 2017

Nos enfants,

À trop vouloir les protéger, nous les empêchons de grandir. Le psychiatre Xavier Pommereau explique aux parents la nécessité de lâcher leur progéniture, avec mesure.

**Nous devons nous éduquer pour laisser nos enfants prendre des risques, dites-vous.
N'est-ce pas ce que nous faisons ?**

Xavier Pommereau : Non, pas au sens où je l'entends. D'un côté, nous les couvons beaucoup trop, devançons leur moindre désir, les abreuvons de conseils sur l'air de « fais pas ci, fais pas ça », voulons connaître tout de leur vie intime, restons branchés avec eux en permanence... De l'autre, paradoxalement, nous les lâchons en fermant les yeux lorsqu'ils surfent sur Internet ou sortent jusqu'au bout de la nuit, prêts à s'exposer à toutes les mauvaises rencontres. C'est cela notre principale contradiction à leur sujet : nous prétendons ne pas vouloir les quitter des yeux, même s'ils vivent cela comme une véritable « garde à vue », et, en même temps, nous détournons la tête en sachant qu'ils vont faire le mur, passer par la fenêtre de leur chambre ou par celle d'Internet pour découvrir « la vraie vie » avec leurs amis.

Vous voulez dire que notre amour les étouffe au lieu de les protéger ?

Xavier Pommereau : Exactement ! Nous les avons désirés, choyés dès leur venue au monde, mais les aimer, ce n'est pas les détenir, comme on le dirait d'objets. C'est croire en eux, les soutenir, leur confier des responsabilités à la mesure de leurs compétences, leur dire notre fierté lorsqu'ils passent des étapes, mais aussi parler de nos propres errements à leur âge au lieu de les taire. La vie, comme la technique la plus matérielle, s'apprend à travers des essais, des erreurs, le partage avec les autres des expériences ratées ou réussies. Notre rôle est de permettre à nos enfants d'évoluer dans tous les sens du terme, c'est-à-dire de grandir et de bouger en connaissance de cause. Les ouvrir au monde progressivement, échanger avec eux pour qu'ils aient un maximum de clés, sans ouvrir ou fermer les portes à leur place.

Comment les laisser prendre des risques ?

Xavier Pommereau : Pour commencer, ne pas les considérer comme des incapables en faisant les choix à leur place ! Il faut admettre que leur avenir est de nous quitter et qu'ils vont chercher à nous échapper à la mesure de notre accaparement. Les laisser peu à peu prendre leurs distances,

reconnaître nos limites et les définir clairement, c'est ce qui va les aider à oser faire des choix personnels, à les regretter ou au contraire à être confirmés dans leurs options. Mais tout cela doit rester progressif : il s'agit d'écarts, non de « grands écarts » qui peuvent mener à toutes les ruptures. Les plus fragiles se révèlent en effet par des conduites à risque qui sont de véritables déchirures. Et le paradoxe est que celles-ci sont réalisées sans bouger de chez eux... ou presque. Ce sont les fêtes alcoolisées, les apéros chez les copains, le binge drinking [qui consiste à ingurgiter beaucoup d'alcool en un minimum de temps, ndlr] de plus en plus jeune – les hôpitaux reçoivent tous les week-ends des enfants de moins de 15 ans en coma éthylique. Je peux ajouter la consommation de cannabis. Nous voulons les surprotéger sans savoir leur donner de limites. Et leur quête éperdue est souvent celle du « **stop, ça suffit !** ».

Comment devenir audacieux ?

C'est contradictoire : il faut leur dire stop pour leur éviter les conduites à risque et, en même temps, nous ne les laissons pas être audacieux...

Xavier Pommereau : Parce qu'il ne s'agit pas de la même chose. Être audacieux, c'est oser en étant guidés, en ayant un garde-fou. Tomber dans une conduite à risque, c'est se mettre en danger sans contrôle, aller jusqu'à se faire du mal pour se faire entendre des adultes. Remarquez que les ados se scarifient, se font vomir, boivent, mais ne voyagent pas. Ils ne partent pas. Alors, pour partir, ils se défoncent ! Ils ont des pulsions pour se couper de ce lien de dépendance, mais n'y parviennent pas. Ils sont craintifs, anticipent la peur que leur transmettent leurs parents. Une de mes patientes âgée de 18 ans a refusé un voyage en Inde par angoisse. Heureusement, des programmes comme Erasmus les y incitent, mais c'est plus tardif, vers 20-22 ans, alors qu'ils devraient découvrir le monde et leurs capacités bien avant.

Pourquoi doit-on les laisser prendre des risques, et de quelle sorte ?

Xavier Pommereau : Pour leur permettre de prendre confiance en eux, en leurs capacités à résoudre les difficultés. Comment feront-ils plus tard, face à un problème, s'ils n'ont jamais eu l'occasion de s'y confronter ? Il n'y a pas de vie sans risque. En mer, on ne peut pas enlever les écueils, mais on peut les repérer et apprendre à les éviter. Ça, c'est le rôle des parents. Je vous donne un exemple : laissez-les partir en bande en vacances, à l'âge de 16 ans. Établissez le circuit avec eux, les étapes, aidez-les à bâtir le projet et encouragez-les. Ils devront se débrouiller, mais auront grandi, appris et, surtout, auront pris confiance en eux. Il nous faut, nous, adultes, travailler nos propres angoisses. Les mettre au monde, c'est d'une certaine manière accepter que les accidents arrivent, que la vie est faite d'incertitudes et que nous ne pouvons pas l'éviter. En revanche, nous pouvons armer nos enfants. Leur indiquer les limites, les frontières.

C'est tout de même de plus en plus compliqué dans un monde violent, incertain...

Xavier Pommereau : Il s'agit de les rendre audacieux, pas téméraires, pour reprendre la vieille expression, capables d'estimer le danger et d'adapter leur conduite. Il vaut mieux avertir les filles des risques de la drogue du viol en discothèque ou dans une fête plutôt que de leur interdire de sortir. Et leur expliquer comment l'éviter : garder sa boisson avec soi, rester groupés, etc. Et ne pas hésiter à interdire et à exiger. Les laisser seuls faire une fête à 16 ans à la maison, c'est non ! Trop dangereux : risques de débordements, d'arrivée de gens

indésirables, d'accidents domestiques. Savez-vous que les chutes en hauteur, depuis un balcon, un appartement, constituent l'une des principales causes d'accidents chez les ados ? Ils fument, ils boivent, se lancent des défis, font de l'escalade...

Comment les aider alors à cultiver leur audace ?

Xavier Pommereau : Sortons du circuit de la consommation. Rendons-les acteurs, pas spectateurs. Les sports physiques, comme la voile, l'alpinisme, sont d'excellents moyens d'apprendre l'audace et la solidarité du groupe. Parce que si l'on ne mesure pas le risque, si l'on ne prend pas la bonne décision, on se met en danger, et le groupe avec soi. Aidons-les à monter des projets, à vivre la réalité et à ne pas se satisfaire d'un monde virtuel. Un voyage aux États-Unis, ce n'est pas Les Anges de la télé-réalité... Pour cela, appuyons-nous sur leurs compétences, ne faisons pas à leur place, laissons-les se tromper, rater ! Et tant pis si nous sommes inquiets. Ça fait partie du jeu. C'est vrai, ce n'est pas confortable. Mais qui a dit qu'être parent devait être confortable ?