

L'enfant est un enfant

Une des choses que l'on oublie le plus souvent en tant que parents, c'est que nos enfants ne sont pas des adultes.

Ils sont en train d'apprendre et de se développer



Mais pourquoi
nos enfants ne se
comportent-ils pas
comme nous?

Quelles sont les principales différences entre l'enfant et l'adulte?

1

LE CERVEAU



Le cerveau de nos enfants est encore très **IMMATURE**.

Beaucoup de leurs comportements peuvent être expliqués par cette immaturité cérébrale.

Le CORTEX PRÉFRONTAL joue un rôle important dans la différence entre les comportements de nos enfants et les nôtres. Regardons cela d'un peu plus près.

Le CORTEX PRÉFRONTAL nous permet entre autres de:

Raisonner logiquement

Inhiber des comportements

Réguler nos émotions

Nous concentrer

Planifier

Être flexible

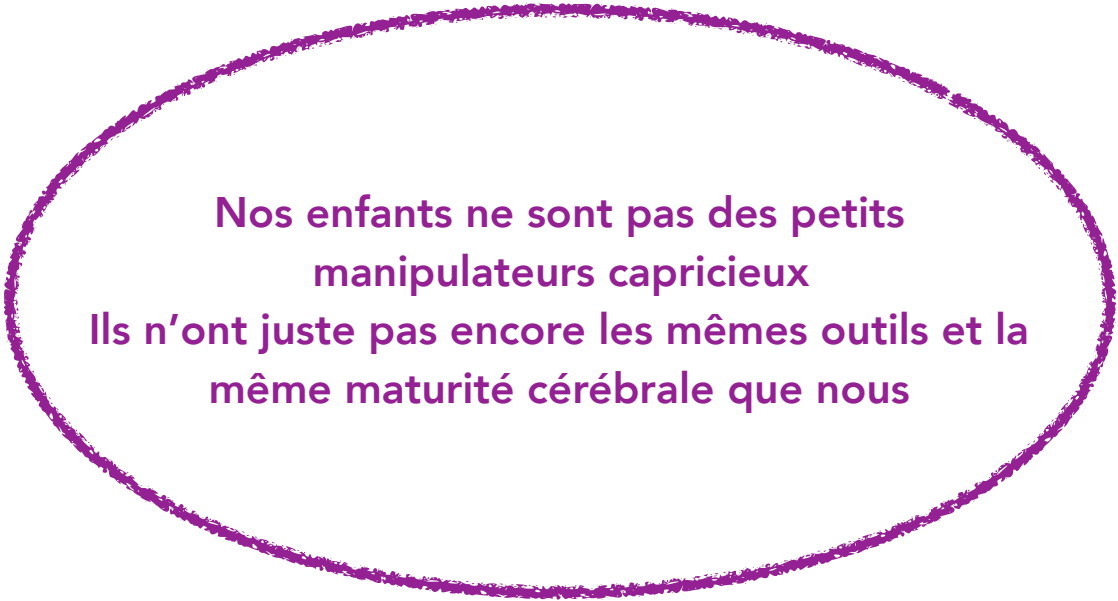
Anticiper



**Le cortex préfrontal arrive à maturité
seulement vers l'âge de 25-30 ans!**

Nos enfants ont donc plus de peine que nous à inhiber des comportements (il tape plus facilement, par exemple), à se réguler sur le plan émotionnel (font plus de crises), à anticiper (ils sont parfois capturés dans le moment présent), à être flexible mentalement (je veux cette glace! Et il n'arrive pas à changer d'idées), etc.

L'exemple le plus parlant de la différence entre le cerveau de l'adulte et de l'enfant c'est **LA CRISE**



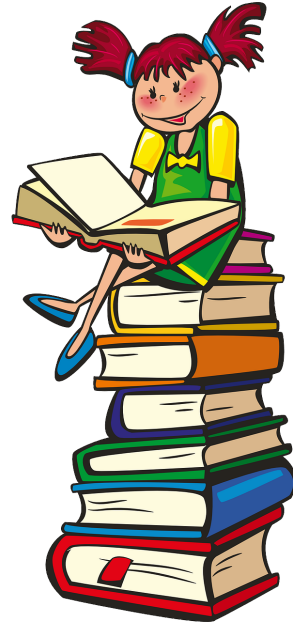
Nos enfants ne sont pas des petits
manipulateurs capricieux
Ils n'ont juste pas encore les mêmes outils et la
même maturité cérébrale que nous

L'enfant ne choisit pas de se comporter ainsi, il est envahi par un trop-plein et n'arrive pas à se réguler comme un adulte le ferait.

ATTENTION: Ce n'est pas parce que l'on comprend que notre enfant n'a pas le même cerveau que nous qu'on va **ACCEPTER** tous ses comportements. Ça veut simplement dire qu'on **REGARDE LES CHOSES DIFFÉREMMENT**. On voit l'enfant comme un être en développement plutôt que comme un petit manipulateur capricieux. Par conséquent, **MON ATTITUDE** va être différente. Je vais être dans une relation d'apprentissage, d'encouragement, de communication plutôt que dans un rapport de force et de pouvoir où j'ai peur de me faire avoir et manipuler par mon enfant.

2

LES APPRENTISSAGES



Nos enfants sont sur cette terre depuis beaucoup moins longtemps que nous. Ils sont en train d'apprendre et de découvrir tout un tas de choses:

Comment peut-on dire non sans taper?

Comment peut-on s'affirmer?

Comment peut-on exprimer sa colère sans insulter?

Comment est-ce qu'on arrive à s'endormir seul?

Comment résoudre un problème ou des conflits?

Comment se réguler sur le plan émotionnel?

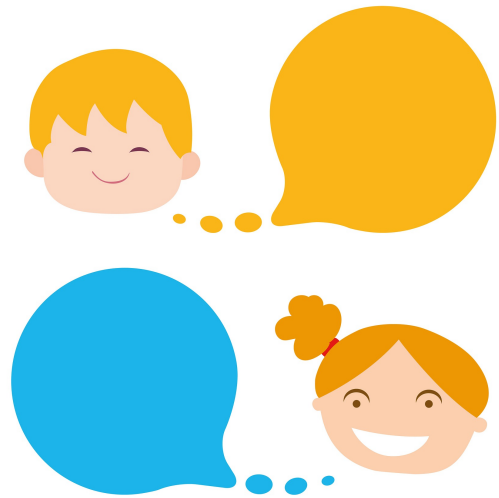
Comment gérer sa frustration?

Comment intégrer certaines règles?

**Très souvent on oublie
que nos enfants sont en plein
apprentissage et on réagit à leurs
comportements comme s'ils étaient
des adultes**

3

Les moyens de communication



Nos enfants ne communiquent pas encore comme nous, car:

- * Ils n'ont pas le même vocabulaire que nous
- * Ils ne se connaissent pas encore très bien. Pour bien communiquer, il faut bien se connaître. En effet, pour pouvoir dire "je suis frustrée, triste, en colère", je dois tout d'abord pouvoir reconnaître cette sensation en moi, je dois pouvoir l'identifier, la nommer pour ensuite pouvoir la communiquer aux autres. Tout cela est un vaste apprentissage.
- * Ils n'ont pas le même cerveau que nous. Ils sont plus vite envahis émotionnellement, ont plus de peine à se réguler et ont donc souvent plus de difficultés à raisonner et à avoir accès aux mots pour s'exprimer.

Par conséquent:

Nos enfants s'expriment souvent avec PEU DE MOTS (Mmm; Je sais pas; Arrête) et beaucoup avec le LANGAGE CORPOREL

Quand nos enfants chouinent, râlent, se roulent par terre, on s'énerve comme si c'était un adulte face à nous et comme si on avait une sorte d'attente qu'ils puissent nous dire: "Tu sais, j'ai eu une longue journée, je suis fatigué et j'aimerais bien manger quelque chose avant de prendre le bain".

Rappelons-nous qu'ils font avec leurs moyens. L'objectif est que nous puissions peu à peu leur apprendre à s'exprimer plus clairement. Si je crie et je hurle lorsque mon enfant se comporte ainsi je ne l'aide absolument pas à trouver d'autres moyens pour exprimer plus clairement ce qui se passe en lui ou pour se calmer ou exprimer ce dont il a besoin.

.

Take away message

Essayons de nous rappeler que face à nous il y a **UN ENFANT**. Un enfant qui n'a pas la même maturité cérébrale que nous, qui n'a pas les mêmes expériences et les mêmes apprentissages et qui n'a pas les mêmes moyens de communication qu'un adulte.

Comprendre ces différences va nous permettre plusieurs choses:

Tout d'abord, cela nous permet de **MIEUX COMPRENDRE** les comportements de nos enfants.

Mais aussi d'**ADAPTER NOS DEMANDES** aux compétences et aux capacités de nos enfants.

Pour finir, cela va également nous permettre d'adapter **NOTRE ATTITUDE**. En effet, si je pense que face à moi il y a un mini adulte qui choisit de se comporter ainsi pour me manipuler, mon attitude ne va pas être la même que si je comprends que face à moi il y a un enfant qui est en train d'apprendre et de se développer. En comprenant cela, mon objectif ne va donc pas être de contrôler ou de dominer mon enfant, mais plutôt de l'aider et de l'accompagner dans son apprentissage.

Rappelons-nous, nous sommes **L'UN AVEC L'AUTRE** et pas l'un contre l'autre.