

Articles from Formation Ecoute Active

Communiquer avec les enfants (Partie 1 – Les besoins)

2013-05-22 13:05:55 "créateur de relations"

Communiquer avec les enfant (Partie 1 – les besoins). Cet article est le premier de deux articles sur la communication avec les enfants. Il développe le premier aspect portant sur les piliers dont l'enfant a besoin pour se développer.

Le deuxième article parlera de la communication avec les enfants et de l'aide de l'écoute active, très précieuse en ce domaine.

Les 4 besoins fondamentaux de l'enfant

Pour bien se **développer psychologiquement** afin d'accéder à une estime de soi et une confiance en soi solides, un enfant doit pouvoir s'appuyer sur 4 piliers ou besoins. Ces besoins sont d'ordre psychologiques :

- **Amour,**
- **Reconnaissance,**
- **Sécurité,**
- **Limites.**

J'ai pu observer qu'à chaque fois qu'une personne est en souffrance par rapport à elle-même, c'est qu'un manque par rapport à un ou plusieurs de ces besoins est en place.



1°) Le besoin d'amour

Il est de coutume de penser que dès l'instant où un enfant reçoit de l'amour, tout va pour le mieux dans le meilleur des mondes, et il aura pour ainsi dire tous les atouts pour devenir quelqu'un d'épanoui plus tard. Combien de fois n'ais-je pas entendu au

sujet d'un adolescent en difficulté « *Pourtant je lui ai donné beaucoup d'amour* ».

Personne n'en doute, mais il y a simplement une incompréhension à ce sujet.

Tout d'abord, et c'est fondamental de comprendre cela : **l'amour seul ne suffit pas**. Il faudrait encadrer cette phrase et la faire breveter ! Que l'enfant se sente aimé est certes fondamental, mais il a besoin également de sécurité et de limites, notamment.

La brisure d'un Mythe

Qu'est-ce qu'aimer un enfant ? A priori, cela se ressent et ne s'explique pas. Cela fait partie d'un fonctionnement universel à l'œuvre dans la nature. Sauf cas pathologique, l'impulsion de base est toujours bonne (on aime son enfant). Toutefois, je vais peut-être faire scandale, mais je voudrais vraiment briser un mythe qui est celui qui voudrait que **c'est obligatoire qu'un parent aime son enfant d'une part, et qu'il aime tout ce son enfant, d'autre part**. Avant de préparer le bûcher pour me brûler sur la place publique lisez la suite...

Une histoire d'enfant intérieur

L'amour d'un enfant n'est pas de 0 ou 100. Il y a une infinité de nuances, et cela de plus varier selon les périodes. **Il est rare qu'un parent aime tout de son enfant, même s'il n'admet pas la chose**. Pourquoi ? C'est une histoire **d'enfant intérieur**.

Chaque adulte a en lui **des parties qui sont restées « enfant »** (entendre parties immatures ou non résolues, non comblées), cela par rapport aux manques liés à ses relations passées avec les parents, à son éducation, ses plus ou moins grands **traumatismes**, espoirs déçus, etc.

Ces parties non résolues créent des **poches ou îlots** qui vont rester soigneusement cachés dans notre **inconscient**. Lorsque plus tard, l'adulte qu'il est devenu a lui-même un enfant, cet enfant va faire automatiquement et inconsciemment **faire miroir et réveiller cette blessure intérieure**. Cette approche explique bien des conflits avec les enfants et des projections que nous faisons sur eux. Tout **cela va donc se répercuter sur l'enfant**, mais ce n'est pas la peine de se culpabiliser pour autant, car il se construira aussi grâce à ses manques, et rien ne l'empêchera de travailler sur lui-même plus tard.

Comme on le voit, certains écueils vont se présenter. En voici quelques uns :

a) Le glissement entre ce que l'enfant est et soi

Chaque enfant est un être unique qui a son propre bagage et ses propres besoins. **L'écueil**, rencontré somme toute assez fréquemment est de **confondre ses propres besoins avec ceux de l'enfant**. Il y a même des cas où les besoins de l'enfant ne sont même pas reconnus en tant que tels. Ce phénomène est appelé

« **projection** » (projeter sur l'enfant ses propres besoins ou tendances). Les projections des adultes sur les enfants se font par rapport à leur propres manques, aux manques de leur enfant intérieur. **L'enfant devient inconsciemment un sorte de réparateur de ces manques.**

b) Ne pas aimer l'enfant pour ce qu'il est

Dans notre société matérialiste et hautement vouée à la compétition, la comparaison entre les êtres, et la performance, un glissement dangereux existe, celui d'aimer son enfant pour ce qu'il fait, pour ce qu'il produit, **ses résultats** (scolaires par exemple), plus que pour ce qu'il est. Or **il est fondamental que l'enfant sente qu'il est aimé pour ce qu'il est avant tout, et qu'il l'entende.** L'amour ne se marchande pas. Plus un parent fait de l'amour quelque chose de conditionnel, même inconsciemment, moins l'enfant développera d'estime de soi.

2°) Le besoin de reconnaissance

Dès qu'il tient sur ses jambes, l'enfant va explorer le monde et tenter toutes sortes d'expériences, parfois spontanément, parfois sollicitées par les parents à travers des jeux par exemple. L'enfant a besoin de se sentir reconnu à travers toutes ces petites réussites. **C'est quand les parents alimentent sa motivation en encourageant les expériences que l'enfant peut sentir qu'il a bien réussi quelque chose** et commencer à nouer une relation positive avec lui-même (n'oublions pas que pour un enfant les parents sont tout). Un enfant qui n'a pas de signes de reconnaissance ne pourra pas se construire de repères et ne pourra pas développer une bonne confiance en soi. Ces signes de reconnaissance se donneront ensuite au prorata de l'âge et de la progression de l'enfant.

Eviter l'écueil du « tout positif »

Pour la reconnaissance aussi, un écueil existe, celui de **tout valider comme positif** afin d'éviter le plus possibles les frustrations à son enfant. **Ce n'est franchement pas une voie à suivre.** L'enfant a aussi besoin qu'on lui explique en quoi il a mal fait quelque chose, ce qui créera des repères supplémentaires qui l'aideront à avancer.

3°) Le besoin de sécurité

Ce besoin là est aussi fondamental que le besoin d'amour. **Le petit enfant a besoin d'un cadre stable dans lequel il va se construire ses points de repère.** Un cadre stable, cela veut dire un lieu, une décoration, des rituels réguliers (coucher – manger). Tout cela va créer le fond régulier dont il a besoin pour ressentir qu'il peut se fier à la stabilité des événements. Les déménagements

représentent la 3^{ème} cause de traumatisme chez les enfants.

Le climat existant entre les parents va également participer au développement de ce besoin de sécurité, toutes tensions étant ressenties, même inconsciemment par l'enfant.

4°) Le besoin de limites

Ce besoin est très malmené dans notre société, vouée à la consommation, au plaisir immédiat, au « tout sans frustration », même pour les adultes d'ailleurs. Dans bon nombres de familles certaines valeurs et repères sont ainsi distordus et bien des parents ne savent pas comment se positionner devant l'enfant. Les enfants rois peuvent commencer leur règne, servis au plus vite par des parents culpabilisés et prêts à tout pour éviter un conflit. Même si je caricature le trait, la tendance existe bel et bien.

Le rôle des limites



Il est important de repreciser que les limites n'ont pas seulement pour but d'empêcher l'enfant de faire quelque chose, sinon elles ne seraient assimilables qu'à des contraintes. Le rôle d'un cadre est de délimiter un territoire, un espace et un temps pour faire les choses. Les limites, lorsqu'elles sont bien posées, ont donc pour conséquences de **renforcer le sentiment de sécurité**.

Pour que ces limites soient intégrées naturellement par l'enfant, elle devront être équilibrées (non rigides), et être expliquées dans le contexte. Si le contexte change, les limites peuvent bouger aussi. **Mais elles devront également être incarnées par les parents**. Des limites qui sont dites, mais pas ressenties intérieurement par les parents ou mal incarnées par eux, ne donneront que de piètres résultats.

Les limites et la relativité

Un enfant qui n'intègre pas de limites ne pourra pas accéder à un sentiment

d'autonomie et de liberté. Pourquoi ? Parce que sur notre terre, toutes les perceptions sont relatives. Par exemple, si je perçois que je suis triste, c'est qu'implicitement, je sais que la joie existe, si j'ai froid, c'est par rapport au chaud, si un environnement est bruyant c'est par rapport à un environnement calme et silencieux, etc. En conséquence, **je ne peux me sentir libre que si j'ai intégré des limites**, et ai donc défini un cadre de références en moi, par rapport auquel, je pourrais me rendre libre. C'est le signe d'une personne qui a développé une solide estime de soi, ce qui lui permet d'amortir la plupart des événements et de les relativiser.

Rating: 10.0/10 (1 vote cast)

Rating: +1 (from 1 vote)

Communiquer avec les enfants (Partie 1 - Les besoins), 10.0 out of 10 based on 1 rating