



Le Rendez-vous des Parents
samedi 8 octobre 2016

GRANDIR AVEC SON ENFANT

Intervention de
Caroline Bonnet,
Psychologue clinicienne et formatrice

Les étapes de la vie scolaire ont un impact important sur le quotidien, le développement (affectif, relationnel, intellectuel...) de l'enfant. Ces différents "passages" amènent les parents à les vivre avec l'enfant, pour l'enfant. Voir même, à grandir parallèlement à l'enfant.

Les trois étapes importantes abordées sont :

- l'entrée en maternelle
- l'arrivée en primaire
- le collège.

Ces rentrées scolaires sont à associer en lien avec le développement de l'enfant dont nous allons rappeler les grandes lignes ainsi que les "attentes" de la société par rapport à nos enfants.

En effet, chacune de ces étapes demandent aux parents et aux enfants de s'adapter à un nouveau lieu, nouveau rythme, nouvelles personnes, nouveaux apprentissages et nouvelles règles. Par exemple, la différence entre l'école maternelle et l'école élémentaire est assez impressionnante que ce soit sur l'apprentissage de la lecture ou l'autonomie attendue dès le CP (les 6 ans de l'enfant). C'est donc un grand changement et les parents sont souvent angoissés eux mêmes par tout ce que cela engendre.

L'angoisse mais de qui? Parfois ce sont les parents les plus angoissés et il faut prêter attention de ne pas les communiquer à son enfant. Il faut donc être rassurant, croire aux discours tenu aux enfants, croire en eux (car ils ont besoin qu'on les regarde ainsi "comme capable de") mais aussi faire confiance aux écoles qui ont l'habitude et connaissance des capacités des enfants (ce que l'on peut attendre d'eux etc).

Faites attention de ne pas exprimer vos craintes ou vos angoisses à l'enfant car il pourrait se les approprier. Echanger avec votre conjoint en aparté et voyez comment l'enfant parvient à s'adapter. Observer votre enfant, et écoutez le dans son vécu. Rassurez-vous aussi sur le fait qu'il n'est jamais seul à l'école et qu'ils sont entourés. Il n'existe pas de cas où un enfant est à l'écart et ignoré dans une école.

N'hésitez pas à demander aussi aux autres parents comment ils ont géré les rentrées des grands, leur vécu, cela peut vous rassurer d'entendre qu'ils ont été eux même angoissés et que tout est rentré dans l'ordre.

Il est vrai que certains enfants peuvent être plus "fragile" ou "sensible" que d'autre. Faisons attention de ne pas les stigmatiser dans ce type d'étiquette et de se rappeler que les enfants ont de grandes capacités d'adaptation, et que si de réelles difficultés se présentent plusieurs solutions sont possibles : des aides ou du soutien, parfois des consultations ponctuelles avec des spécialistes (psychologue, psychiatre, thérapeute voire autre). Parfois il suffit de réajuster ou de se rassurer en tant que parent pour que les choses rentrent dans l'ordre.

Il faut aussi toujours vérifier du côté médical s'il n'y a aucun souci : souvent sont détectés tard des problèmes de vue, d'audition, ou autre, qui ont un impact sur les apprentissages et l'adaptation de l'enfant dans le milieu scolaire. Il faut un peu de temps pour réajuster et que l'enfant puisse trouver son équilibre. Bien des exemples existent où l'enfant a été diagnostiqué tard... Ecartons toujours cette donnée là avant toute interprétation psychologique.

Autre phénomène important pour nous parent : nous revivons souvent au travers de notre enfant, notre propre vécu de l'enfance par rapport à la scolarité. Il faut savoir se dégager de nos représentations et de nos préjugés, voir de nos mauvaises expériences, pour ne pas les "transmettre" à notre enfant. Si nous restons confiant, accompagnant, et positif, l'enfant signalera de lui même si des choses ne vont pas. Bon nombre de parents peuvent évoquer des traumatismes, des déceptions infantiles liés à l'école. Il faut se rappeler que l'enfant est différent, et instaurer un dialogue régulier pour qu'il vous avertisse si besoin est.

En tant que parent, nous grandissons donc souvent en même temps que notre propre enfant, car nous nous adaptons à lui, à son développement et ses capacités. Ils peuvent parfois nous surprendre par leurs capacités.

Il est important aussi de laisser chaque enfant dans son individualité et sa personnalité. Chaque enfant est différent, et ne vit pas les choses de la même façon. Nous n'accrochons pas de la même façon avec telle ou telle personne, il en est de même. Écoutons les, respectons les dans leur réalité et leur ressenti. L'important reste l'écoute et de ne pas les accabler ou leur dire qu'ils ont tort. Les laisser s'exprimer est primordial. Qu'ils racontent leur journée et extériorisent leur ressenti.

Ne soyez pas étonné que vos enfants en maternelle, en primaire, voire parfois au collège, ne vous racontent pas leur journée. En maternelle, ce sera lié au fait qu'ils n'en ont pas les capacités. En primaire, ils s'expriment plus aisément, plus facilement, ce qui s'opposera au collège où ils souhaitent garder les choses secrètes, leur indépendance etc.

Pour certains âges, surtout la maternelle et le CP, il arrive que les enfants rentrent en pleurs ou se déchargent en fin de journée. Il faut se rappeler que cela veut dire qu'ils se sentent en sécurité pour exprimer leurs sentiments auprès de vous, et que ce phénomène est toujours positif et normal. Après une journée où ils ont fait de leur mieux, où il faut suivre la classe, il est légitime de lâcher prise en fin de journée...

* Pour chaque rentrée importante, un repérage des lieux contribue à rassurer l'enfant, et vous par la même occasion. Prenez le temps de lui montrer, qu'il se repère, parlez lui dès le mois de Juin de la future rentrée, valorisez ces changements et laissez le exprimer ses questions ou ressentis. Si, à la vue des longs couloirs, des multiples étages et des nombreuses classes, il exprime la crainte de se perdre, rassurez-le en lui rappelant qu'il ne sera pas seul dans sa classe, et que tous ses camarades seront dans la même situation de nouveauté et d'inconnu

* En maternelle, l'accompagnement régulier dans les premiers mois est important. Cela vous sécurisera et l'enfant prendra peu à peu ses repères. Puis en primaire et maternelle, les premiers jours, aidez-le à faire son sac, apprenez-lui à bien utiliser son cahier de texte ou agenda, et vérifiez qu'il ait bien fait ses devoirs (CP et collègue).

* Adaptez vous en fonction de l'âge de votre enfant et de ses capacités. Dès le début de l'année, affichez l'emploi du temps de votre enfant dans votre cuisine ; ainsi, vos échanges avec votre enfant concernant l'école seront plus parlant pour vous. Trouvez ainsi des astuces avec lui pour pouvoir être en collaboration pour le meilleur accompagnement possible.

* Sans tout faire à sa place, soyez à ses côtés pour l'épauler dans les nouvelles organisations. Les enfants sont capables de nous dire si cela ne va pas, et nous signifient les choses en cas de besoin. Si vous lui faites confiance, cela ne sera que bénéfique pour son estime de soi. Petit à petit, il trouvera ses marques, mais il peut avoir besoin de conseils au début. Lui laisser de la marge pour qu'il gagne en autonomie, tout en étant présent pour l'aider – et contrôler d'un œil discret son mode d'organisation : tel est le bon compromis à trouver surtout à partir du collège.

* Echanger avec les professionnels des écoles qui pourront vous avertir ou vous parler de votre enfant. Ne soyez pas étonné que votre enfant soit différent à l'école, qu'à la maison.

* Si des inquiétudes s'installent, si des choses vous questionnent ou vous interpellent, n'hésitez pas à demander avis à l'école, voire à consulter un professionnel. La communication est souvent la clef de bien des maux, ainsi que le partage des informations.

* TMTous les enfants passent par les mêmes stades de développement bien que chacun ait son rythme propre.

* Tout ce qui gêne ou empêche le processus normal de l'évolution peut traumatiser l'enfant et le bloquer à un stade d'où il ne peut plus sortir sans aide (FIXATION). Ou bien si la difficulté est trop grande, les moyens de maîtrise et de défense trop faibles, l'enfant a tendance à essayer de s'en sortir en revenant en arrière à des stades archaïques de la petite enfance (REGRESSION).

* Fixations et régressions sont inévitables et ne deviennent pathologiques que par leur importance, leur tendance à dominer les autres moyens de contact avec le milieu ambiant. TM

* Tout malaise affectif peut atteindre le goût de communiquer, mais aussi l'envie d'apprendre et la disponibilité d'esprit nécessaire à tout apprentissage d'où la nécessité pour l'enfant d'un bon climat affectif.

* Pour un développement harmonieux de l'enfant, un équilibre doit être maintenu entre les récompenses et les frustrations (entre le OUI et le NON). Pour cela que nous parlons de trop ou du "pas assez" à évaluer.

* Soyez à l'écoute de votre enfant et prenez chaque jour un temps de discussion individuel, même quelques minutes

Pour aller plus loin....

SUGGESTIONS DE LECTURE

L'angoisse de G. BONNET, ed. In press

Eduquer ses enfants. Aldo Naouri, ed. Odile Jacob

J'ai tout essayé, Isabelle Filliozat, ed. JC Lattès

J'aime pas me séparer, N Fabre, ed. In press

