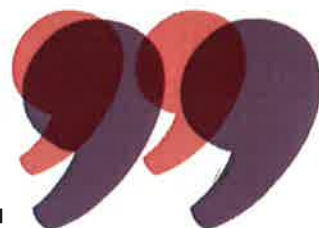




Pause



N°1 - Avril 2017

Le trait d'union entre les familles et les professionnels enfance jeunesse du réseau PPPAUSE « Passerelle Parents Professionnels AU Service de l'Enfant »



édito

Chers parents,

Vous tenez entre vos mains le 1er numéro du journal d'information PAUSE, conçu dans le cadre de l'action de soutien à la parentalité PPPAUSE, « Passerelle Parents Professionnels au service de l'enfant ». Cette action, initiée et portée par la Communauté de communes avec le soutien de la CAF et la MSA de Vaucluse, a pour but d'accompagner les familles à travers toutes les questions que les parents peuvent se poser au quotidien avec leur enfant.

Ce journal est réalisé par des membres du réseau PPPAUSE, qui sont des professionnels de l'enfance-jeunesse sur le territoire. Son objectif est de vous proposer des conseils utiles, des repères et des pistes de réflexion susceptibles de vous aider dans votre mission parentale. Il vous invite ainsi à... faire une pause ! À prendre le temps de souffler, de s'interroger, de se documenter.

Pour ce 1er numéro, le comité de rédaction a choisi d'aborder la question de l'autorité, plus particulièrement envers les jeunes enfants. Le prochain numéro s'intéressera quant à lui davantage à la période de l'adolescence.

Nous vous en souhaitons bonne lecture !

Jean-Pierre LARGUIER
Président de la Communauté de communes
Pays Vaison Ventoux



Publication éditée et imprimée par la Communauté de communes Pays Vaison Ventoux.

Journal gratuit imprimé à 1800 exemplaires.
Ont participé à ce numéro : l'ADVSEA, le CMS de Vaison-la-Romaine, le Sessad de Haut-Vaucluse et les services intercommunaux du RAM, du LAEP, des structures d'accueil petite enfance, du Centre de loisirs et du Club Jeunes. Illustration : Fred Saurel. / Photos : Istock.

dans ce numéro :

L'autorité, quelques réponses à vos questions



agenda

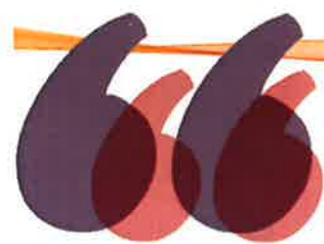
Conférence-débat « Quelques clés pour mieux comprendre l'enfant et mieux vivre la parentalité ».

► **Mardi 16 mai à 18h30 au Centre de loisirs.**

Animée par Catherine Mettra, psychothérapeute. Ouvert aux parents d'enfants de tout âge et aux professionnels. Chacun pourra, s'il le souhaite, poser des questions. Garderie d'attente pour les enfants sur réservation au 04 90 28 72 03.

gratuite





Dossier

l'autorité : quelques

Exercer son autorité, par amour de son enfant !

Tout petit, l'enfant ignore ce qui est le mieux pour lui. Il a besoin d'être guidé. En tant que parents, vous êtes les premiers à jouer ce rôle d'accompagnement, notamment en exerçant votre autorité. Une mission complexe qui suscite souvent beaucoup d'interrogations dans les familles... En quoi consiste l'autorité, quand et comment en faire preuve ? Voici quelques pistes de réponse !

L'autorité : pourquoi ?

L'autorité est ce qui permet à l'enfant de comprendre les interdits fondamentaux liés à la vie en société. Les règles fixées peuvent engendrer une frustration mais celle-ci est **constructive et indispensable au développement psychomoteur de l'enfant**. Elle l'oblige à puiser dans ses capacités (imagination, mots, réflexion) pour dépasser le besoin de PLAISIR IMMÉDIAT. Il faut ainsi garder à l'esprit qu'**amour et autorité sont indissociables**. Fixer des interdits à l'enfant, lui proposer un chemin balisé, va le sécuriser et le rassurer. L'enfant gagnera ainsi en confiance et sera mieux préparé pour son autonomie.

Exercer une autorité adaptée

Les ingrédients essentiels de l'autorité sont **la communication et la connaissance de l'enfant**. Avant toute chose, lorsqu'il s'agit de fixer des limites, assurez-vous que l'interdit que vous allez poser est vraiment nécessaire. Une interdiction pure et simple, sans explication, n'a aucun sens pour l'enfant. Elle est donc inutile, voire nuisible. Il est important d'expliquer clairement, simplement, pourquoi vous interdisez à votre enfant telle ou telle chose. L'interdit doit également être différent selon le lieu, l'âge de l'enfant ou la situation. Ne faites pas d'un interdit une règle générale lorsqu'elle peut être assouplie, voire évitée à certains moments ! Il est également important que les parents soient d'accord entre eux : si l'enfant

entend un « oui » d'un côté, et un « non » de l'autre, il aura du mal à obéir et saura vite jouer de votre désaccord ! Toujours dans ce souci de cohérence, l'autorité implique que vous-même, parents, appliquez les règles imposées à votre enfant. Ne l'oubliez pas : **vous êtes un modèle pour lui**. Toutefois, il est important de laisser une marge d'action à l'enfant – en toute sécurité bien sûr : c'est ce que Françoise Dolto appelle la « **prise de risque** ». L'enfant doit pouvoir forger sa propre expérience. L'échec a également des vertus éducatives.

Distinguer autorité et autoritarisme

Il ne faut pas confondre autorité et autoritarisme. Vous devenez autoritaire si vous êtes dépassé et énervé. Vous allez inspirer un sentiment de peur chez l'enfant si vos consignes sont illogiques ou injustes ou n'ont pas vraiment de sens, si vous interdisez chez l'enfant toute expression de ses humeurs ou de ses états d'âme. Lorsque votre enfant traverse une crise d'opposition, armez-vous de patience et d'imagination pour passer ce cap ! Usez de la négociation : proposez-lui deux alternatives afin qu'il puisse faire un choix, cela va certainement apaiser sa frustration et il va développer petit à petit la prise d'initiatives. Il ne veut pas ranger sa chambre tout de suite ? Négociez pour qu'il le fasse dans 5 minutes. Il refuse de mettre son pull rouge ? Proposez-lui le bleu.



L'autorité excessive ressemble au vent, s'il est trop fort, il renverse.

Alexander Pope, *Maximes et réflexions morales* (1739)

repères

Qu'est ce que l'autorité ?

La notion d'autorité peut être abordée selon plusieurs approches (psychologique, juridique, politique, philosophique...) et selon le cadre dans lequel elle est exercée. Quelques repères pour cerner ce dont on parle au sein de la famille.

« L'autorité est le pouvoir de commander, d'être obéi. Elle implique les notions de légitimité, de commandement et d'obéissance, d'un autre pouvoir qui impose l'autorité. La forme de la légitimité peut varier selon les circonstances. L'autorité est considérée comme distincte de l'autoritarisme, qui est un trait de caractère ».

L'autorité parentale La responsabilité des parents

Au sens juridique, selon le code civil, "L'autorité parentale est un ensemble de droits et de devoirs ayant pour finalité l'intérêt de l'enfant". Elle appartient au père et à la mère jusqu'à la majorité ou l'émancipation de l'enfant pour le protéger dans sa sécurité, sa santé, et sa moralité, pour assurer son éducation et permettre son développement, dans le respect dû à sa personne. Les parents associent l'enfant aux décisions qui le concernent, selon son âge et son degré de maturité. »

Pour approfondir le sujet

Le site www.mon-enfant.fr, créé par la CAF et ses partenaires, vous propose des conseils et cas pratiques dans la rubrique « Espace doc' Parents ». Vous y trouverez des vidéos sur des thèmes tels que « De l'agressivité pour se construire », « L'enfant roi » ou « Qu'est-ce qu'un enfant difficile ? ». A consulter sans modération !

réponses à vos questions

Comment gérer les caprices ?

Jusqu'à 4 ans, l'égoïsme du jeune enfant provoque de grandes colères. On pourrait croire que l'enfant vit à ce moment-là une grande souffrance face à l'interdit alors qu'il ne fait que découvrir la frustration. Une fois la crise passée, l'enfant sera inconsciemment fier de l'avoir affrontée. Cependant, les crises sont tellement spectaculaires que la tentation de céder est grande pour les parents : fatigue, envie de lui faire plaisir, peur qu'il ne vous aime plus, manque de temps, peur du regard d'autrui... Pourtant, **c'est en ne cédant pas que vous jouez votre rôle de parent et en assumez la responsabilité**. Mais attention, sans brutalité et pour cela, n'attendez jamais d'être énervé ! Faute de quoi, votre réaction serait démesurée et donc plus du tout adaptée, voire même, inefficace !



Sanction ou pas ?

Lorsque l'enfant dépasse les limites, une sanction peut être bénéfique, pour peu que l'on garde à l'esprit ces quelques considérations.

> **La sanction doit avoir un sens** : Il est important que l'enfant comprenne bien pourquoi il a été puni ; expliquez-lui avec des phrases simples et courtes.

> **La punition doit être immédiate et courte**. L'enfant doit saisir le lien de cause à effet : bêtise = sanction.

> **La vocation de la sanction est éducative** : Elle ne doit jamais être violente, humiliante ou juste pour exercer un pouvoir. Envoyer l'enfant dans sa chambre peut être une bonne solution pour décharger sa colère. Lorsque l'enfant est revenu au calme, il est important de lui faire un câlin et de reparler succinctement de ce qui vient de se passer.

Cathy Allemand, coordinatrice du RAM / LAEP.



L'autorité doit être tempérée de douceur.

William Penn, *Les fruits de la solitude* (1682)



L'autorité, dès le 1er âge

Avant 2 ans

Quand l'enfant commence à marcher et touche à tout – phase d'exploration –, les premiers interdits doivent être formulés pour garantir sa sécurité. Encouragez-le aux découvertes mais signalez-lui les dangers. **N'hésitez pas à dire fermement non : même s'il ne vous répond pas encore, il vous comprend très bien.**

De 2 à 3 ans : Il dit NON à tout !

" Il dit non pour faire oui ", avait coutume de dire Françoise Dolto. C'est la phase de séparation-individuation. Si, quoi que vous lui proposiez, l'enfant refuse systématiquement, c'est pour mieux prendre ses distances et affirmer son identité. Il faut donc se réjouir et non se catastropher. Efforcez-vous d'être souple, de déjouer son obstination en attirant son attention sur une autre activité, la rigidité et le rapport de force conduisant à l'échec. Quand vous lui interdisez de traverser la rue en courant ou de toucher à la prise électrique, expliquez-lui que c'est pour le protéger.

Il tape et mord les autres enfants et ses parents

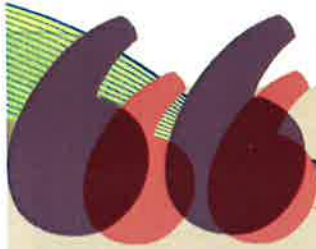
Chez l'enfant, la morsure est utilisée comme un dernier recours pour communiquer. Isolez-le, l'incident est gênant pour vous et douloureux pour

la petite victime, mais surtout n'en faites pas un drame, car il n'a vraiment rien d'inquiétant. En revanche, commencez franchement à vous poser des questions lorsque votre enfant a vraiment la dent dure et qu'il croque son entourage à la moindre contrariété.

Si votre enfant mord très souvent, c'est certainement qu'il n'arrive pas à s'exprimer et à se faire comprendre, cela l'angoisse et il peut avoir un comportement agressif... Cette attitude s'accompagne parfois d'autres difficultés en matière de langage, de propreté ou d'accès au langage. La morsure est un phénomène transitoire qui a tendance à disparaître, notamment dès que l'enfant a acquis une meilleure maîtrise du langage.

Il refuse de manger !

Bouder la nourriture est un moyen de pression assez fréquent. L'enfant a le chic pour titiller ses parents là où ils sont vulnérables. Plus vous réagirez par la colère, plus vous essayerez de le forcer ou de l'amuser en " faisant l'avion ", plus il refusera. N'en faites pas un enjeu, sinon les repas risquent de devenir des corvées au lieu d'être des moments conviviaux. Faites la trêve, mangez de bon appétit devant lui, variez les plats et les goûts que vous lui proposez et laissez-le manger à sa faim.



Rencontre

Jean-Christophe CAMP, Directeur du Centre de loisirs, a questionné Catherine METTRA, psychothérapeute, sur la manière d'accompagner l'enfant dans son évolution et sa construction personnelle.



Catherine METTRA est psychothérapeute et mère de 4 enfants. Elle assure la supervision de l'équipe du Centre de loisirs intercommunal depuis septembre 2016.

Jean-Christophe CAMP : Avant toute chose, comment définirais-tu ce qu'est un enfant ?

Catherine METTRA : Il est important de savoir qu'un enfant n'est ni un objet vide, qu'il faut remplir, ni un arbre qu'il faut tailler à la convenance des adultes, ni un animal à domestiquer. L'enfant est une personne que l'on aide et que l'on soutient, afin que son potentiel devienne réalité.

J-C.C : Comment l'aider pour que ce potentiel devienne réalité ? As-tu un exemple ?

C.M : Eh bien, par exemple, tout enfant, à la naissance, a la capacité de s'exprimer par la parole. Cependant, cela ne suffit pas. Pour que cette virtualité se réalise, il a besoin que ses parents mettent des mots sur les choses, les idées, les sentiments etc. Ce qui était inné devient ainsi acquis et aura la possibilité de s'enrichir au-delà des parents, qui ont tissé la base.

J-C.C : Par la suite, comment se développe l'enfant ?

C.M : Je dirais que le développement de l'enfant se fait à partir de trois grands types d'expériences. A travers les expériences sensorielles, les parents donnent à l'enfant la possibilité de regarder, sentir, entendre, toucher, goûter et bouger. L'adulte doit veiller à allier prudence, libéralité et bienveillance envers l'enfant. En effet, il ne s'agit ni de le laisser livré à lui-même, ni de le mettre sous cloche. Concernant les expériences affectives, je citerais principalement les 3 épreuves incontournables : le sentiment d'abandon, la frustration et la peur. L'enfant est aussi amené à faire des expériences cognitives.

J-C.C : Qu'entends-tu par sentiment d'abandon ?

C.M : Le sentiment d'abandon s'exprime par exemple lorsque l'enfant entre à la maternelle ; sa détresse est alors bien réelle, mais elle est compensée par les retrouvailles promises et réalisées. Cette compensation donnera au futur adulte la capacité d'assumer au mieux les "abandons" autrement plus durs, comme celui d'un ami qui se détourne, une séparation amoureuse ou la mort d'un proche.

J-C.C : Il est souvent question du sentiment de frustration dans les réunions d'équipe du Centre de loisirs. Nous en sommes venus à l'hypothèse que cette expérience est insuffisamment vécue par l'enfant d'aujourd'hui, ce qui génère des difficultés permanentes, dans les collectivités. Que peux-tu nous dire à propos de la frustration ?

C.M : La frustration s'exprime quand, par exemple, on oppose un « non » ferme à un désir de l'enfant ; à ce moment, son mécontentement est bien réel et naturel. Mais, la frustration est compensée par le « oui » à d'autres occasions.

Pour les parents, il ne s'agit donc pas de dire « non » ou « oui » systématiquement, mais de faire preuve de bon sens, c'est-à-dire de tenir compte du moment et des circonstances. C'est bien ce juste rapport entre le "non" et le "oui" qui permet à l'enfant d'accepter les frustrations, au sein du groupe ou de la classe, et qui permettra au futur adulte d'accepter les frustrations, sans pour autant tomber dans la dépression ou la victimisation.

J-C.C : Penses-tu qu'il soit bon que la transgression du « non » ferme, par l'enfant, soit sanctionnée par l'adulte ?

C.M : Oui, absolument ! Les référents adultes doivent sanctionner le refus d'obtempérer face à un « non ». C'est pour ça que j'ai évoqué un « non » ferme qui peut être, par exemple, une menace de punition sévère et surtout applicable. Il arrive trop souvent que la menace ne soit pas

crédible (du type : « Je vais te tordre le cou ! ») ou tout simplement, pas appliquée (l'enfant est privé de télé et l'instant d'après, il est devant la télé).

J-C.C : Tu as également évoqué le sentiment de peur ?

C.M : La peur s'exprime de multiples façons, en particulier dans le refus du nouveau et dans l'agressivité. Mais elle est compensée par le sentiment de sécurité, apporté notamment par les parents qui prennent le temps d'écouter simplement ce que l'enfant raconte de sa petite vie et le défendent fermement quand il est l'objet d'une agression ou d'une injustice. L'enfant doit pouvoir faire l'expérience que ses parents prennent leurs responsabilités, même s'il y a des risques (par exemple, des menaces, des insultes). Pour le parent, il ne s'agit ni de faire la politique de l'autruche, ni de prendre son parti quoiqu'il arrive, mais, là encore, de faire preuve de bon sens. Ainsi, le futur adulte sera capable de se défendre ou de défendre ce qui est moralement défendable.

J-C.C : Les expériences cognitives ont également toute leur importance ?

C.M : Oui. Je dirais que l'enfant a besoin de connaissances et d'informations. Le rôle des parents, et des autres adultes, est d'expliquer et de rendre le monde intelligible. Pour cela, je conseille des phrases courtes et simples, surtout pas de longs discours. On peut s'aider éventuellement de livres imagés et bien ciblés. Il ne s'agit pas de faire l'économie de la réflexion, ni de l'accabler avec des jeux exclusivement éducatifs. Heureusement, sur ce dernier point, notre école obligatoire et d'autres collectivités, comme le Centre de loisirs, prennent le relais !

Dans le cadre du projet de soutien à la parentalité porté par la Copavo, Catherine METTRA animera la conférence-débat « Quelques clés pour mieux comprendre l'enfant et mieux vivre la parentalité » le Mardi 16 mai à 18h30 au Centre de loisirs. Garderie dinatoire pour les enfants sur réservation au 04 90 28 72 03.

C'est bien ce juste rapport entre le « oui » et le « non » qui permet à l'enfant d'accepter les frustrations...