

## Newsletter du RAM

### Qu'en pensez-vous ?

# Se différencier de l'adulte...

FEVRIER

Il n'est pas rare que l'enfant traverse une phase dite « d'opposition ». En réalité, sa volonté n'est pas de s'opposer, mais de se différencier de l'adulte. Comment détourner le rapport de force et soutenir l'enfant dans sa nouvelle autonomie ?

#### Pourquoi un enfant s'oppose-t-il à l'adulte ? Il grandit.

Vers deux ans, l'enfant jouit d'une nouvelle autonomie grâce à son accès au langage et à ses autres capacités qui se développent. Il s'affirme, il a ses propres envies. Il a besoin de choisir et de faire « tout seul ». Cet enfant qui, jusqu'à aujourd'hui, écoutait et respectait (plus ou moins) les consignes à la lettre, commence à dire non, à s'affirmer et à profiter de son nouveau libre-arbitre. Un comportement qui déconcerte...

#### Il ne s'oppose pas, il se différencie.

Naturellement, l'enfant cherche à se différencier de l'adulte (et non pas à s'y opposer comme on pourrait le croire). Avant l'âge de 4 ans, le tout-petit n'est pas encore décentré, c'est-à-dire qu'il n'est pas encore en mesure de comprendre que l'autre a un point de vue différent de lui. En un mot, il est égocentrique. Ainsi, ce que vous prenez pour de la provocation, n'est autre que la manifestation d'un besoin non assouvi. Notre tendance à interpréter les comportements des jeunes enfants sur la base de nos propres comportements d'adultes, peut nous jouer des tours. Trop souvent, nous oublions que le tout-petit a un cerveau tout à fait immature.

#### Rien à voir avec un caprice.

Il se peut que l'enfant se mette en colère, crie, pleure, se roule par terre, parce que nous lui refusons quelque chose. Du point de vue de l'adulte, cette réaction est exagérée. « C'est un caprice ! » Le point de vue de l'enfant est tout à fait différent. Pour lui, c'est un drame !



Il n'est pas en capacité de relativiser. Quand l'un des besoins fondamentaux d'un enfant est non assouvi (besoin d'attention, de sécurité, de calme), son cerveau émotionnel et archaïque est suractivé, tandis que son cerveau frontal, celui qui lui permet de raisonner, est sous-activé. Il perd le contrôle de ses émotions et a besoin de l'adulte pour se rassurer, se sécuriser.

#### Plus il est fatigué, plus il s'oppose.

Il arrive que l'enfant « contredise » davantage l'adulte en fin d'après-midi ou lorsqu'il est stressé, fatigué. Il a de plus en plus de difficulté à tolérer la frustration. Son stress s'accumule, ses ressources s'amenuisent. Si bien qu'à un moment, il explose !

#### Il réagit à des attitudes autoritaires.

Lorsque l'adulte est trop dans le contrôle et émet des consignes souvent très autoritaires, l'enfant peut se sentir opprimé, ce qui va augmenter son niveau de stress et baisser son seuil de tolérance à la frustration. Dès lors, il risque de décrocher et d'entrer dans un phénomène d'opposition.

## Alors comment réagir ?

Restez calme et posé.



Lorsque la moutarde vous monte au nez, respirez profondément pour retrouver votre calme et vous reconnecter à votre raisonnement. Rappelez-vous qu'il ne fait pas exprès ! Votre frustration tend à vous rendre vous-même agressif ce qui va, inmanquablement cultiver la frustration de votre petit interlocuteur. Vous voilà alors tous deux plongés dans un cercle vicieux ! En maîtrisant vos propres émotions et en recevant avec bienveillance celles de l'enfant, vous lui apprenez, petit à petit, à mieux contrôler ses émotions.

**Gardez en tête que toute manifestation d'opposition de sa part, toute colère, exprime chez lui un besoin insatisfait.**

Cherchez à anticiper et à agir sur les causes de sa réaction plutôt que sur ses conséquences. En clair, tentez d'identifier lequel de ses besoins est ici insatisfait.

**Proposez-lui régulièrement des câlins ou des temps de jeu individuel.**

Le contact bienveillant avec l'adulte permet de libérer en lui de l'ocytocine, une hormone de l'attachement qui a le mérite de diminuer son état de stress et d'augmenter sa sensation de bien-être. Un enfant ressourcé sera plus enclin à écouter.

**Relais Assistantes Maternelles**  
20 Mail des Coureilles - 17180 PERIGNY

**Carine KUEHM**  
05 46 27 65 79  
ram@ville-perigny.fr

Enfin, laissez-lui une marge de manœuvre, lorsque vous attendez quelque chose de lui. Votre objectif ? Eviter le rapport de force. Il ne s'agit pas de « céder », mais de parvenir à votre objectif de manière alternative.

Sources : les pros de la **petitenfance**

<https://lesprosdela petiteenfance.fr/opposition>

Et avant de se quitter, présentation de nos deux coussins au RAM...



**Attrape colère** » et « Retour au calme »

À chacun et chacune de trouver ses petites solutions qui parfois fonctionnent, parfois...

