

# PARENTS, PROFESSIONNELS COMMENT ALLIER FERMETÉ ET BIENVEILLANCE?



Eléna Benhamou, psychomotricienne

# Eléna Benhamou

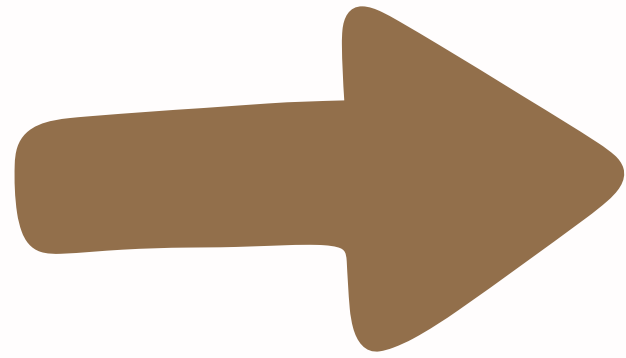
Psychomotricienne, intervenante en RPE et EAJE, formatrice



**Parents, professionnels  
Comment allier fermeté et bienveillance?**

En d'autres termes,

Comment poser un cadre à un enfant, de façon non-violente (physique, psychologique), qui lui permette de garder sa liberté d'expression, d'exploration, qu'il puisse être socialement adapté grâce aux respects des limites qui l'entourent et des limites des autres.



# La bienveillance crée-t-elle des enfants tyrans?



La bienveillance crée-t-elle des  
enfants tyrans?

**esclave de sa tyrannie**



# La bienveillance crée-t-elle des enfants tyrans?

**esclave de sa tyrannie**

- Quand il y a TROP d'autorisations, **TROP de demandes de CHOIX**, un jeune enfant manque de maturité pour pouvoir RENONCER.
- C'est accepter de faire le mauvais choix, d'être en échec, d'accueillir la déception quand il y a un décalage entre ce qui est imaginé et la réalité, de pouvoir patienter, différer...
- Ces compétences mettent plusieurs années à s'acquérir et nécessite un adulte pour accompagner, un adulte suffisamment serein avec la renonciation et la non satisfaction d'un désir immédiat.

# La bienveillance crée-t-elle des enfants tyrans?

**esclave de sa tyrannie**

- Les comportements de l'enfant (liée à des déceptions, à des injustices, à des menaces de son intégrité...) chez les enfants de moins de 6 ans sont **courantes**, c'est un comportement **lié à l'âge et non un problème**.
- Les enfants **ont le droit d'être en colère contre leur parent** qui a mis fin à un désir. Dire NON à un enfant n'est pas une violence.

# La bienveillance crée-t-elle des enfants tyrans?

**esclave de sa tyrannie**

- Quand il y a **TROP d'INTERDITS**, l'enfant n'a pas suffisamment d'opportunité pour explorer. La **COHERENCE** des règles et du cadre perd de sa valeur.



# La bienveillance crée-t-elle des enfants tyrans?

**esclave de sa tyrannie**

- Les TROP d'autorisation ou d'interdit oscille entre l'usage de méthodes coercitives (autoritarisme) et de l'abandon de cadre (laxisme).



# La bienveillance crée-t-elle des enfants tyrans?



# La bienveillance crée-t-elle des enfants tyrans?

- ✗ "Case à cocher"
- ✗ Dire oui à tout, ne pas mettre de cadre
- ✗ Un tas d'astuces ou d'outils prêts à l'emploi à appliquer pour éviter les problèmes et les conflits
- ✗ Etre gentil en attendant en retour d'ascenseur
- ✗ Ne jamais être en colère ou crier



# La bienveillance crée-t-elle des enfants tyrans?



une **valeur** qui constitue un horizon pour nos choix, notre posture et nos réactions.



se manifeste dans **L'ACCOMPAGNEMENT** autour de la **confrontation au cadre et des frustrations**, bien compréhensibles que cela suscite chez nos enfants.



# La bienveillance crée-t-elle des enfants tyrans?

➡ Ce n'est PAS éviter les « comportements problème » de l'enfance, mais identifier les réponses à y porter chaque fois que ces comportements se manifestent.

➡ Et c'est de cette façon que nous avons le plus de chance d'en diminuer la fréquence, l'intensité, et la durée mais aussi l'opportunité de construire une relation riche solide avec nos enfants.

# La bienveillance crée-t-elle des enfants tyrans?

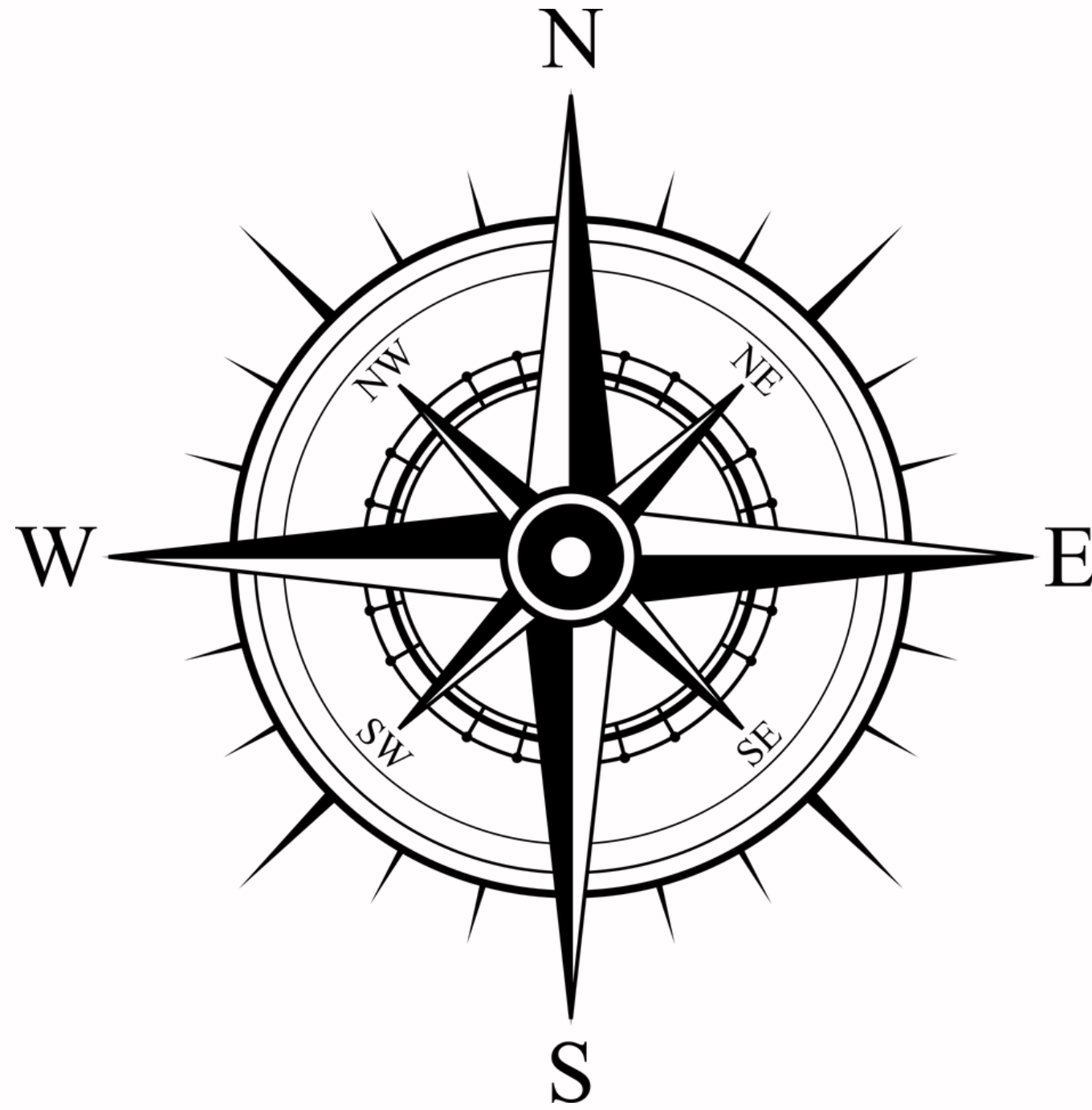


Les limites sont à envisager comme **une structure enveloppante** qui permet à l'enfant de se sentir en **sécurité** et au fait des **codes** pour trouver sa place dans un groupe.

= REPERES

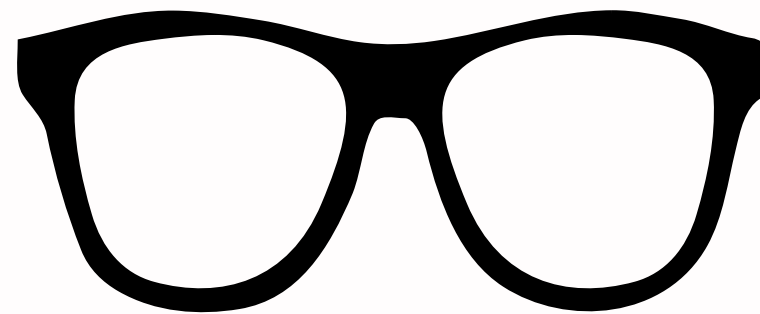


# La bienveillance crée-t-elle des enfants tyrans?



# La bienveillance crée-t-elle des enfants tyrans?

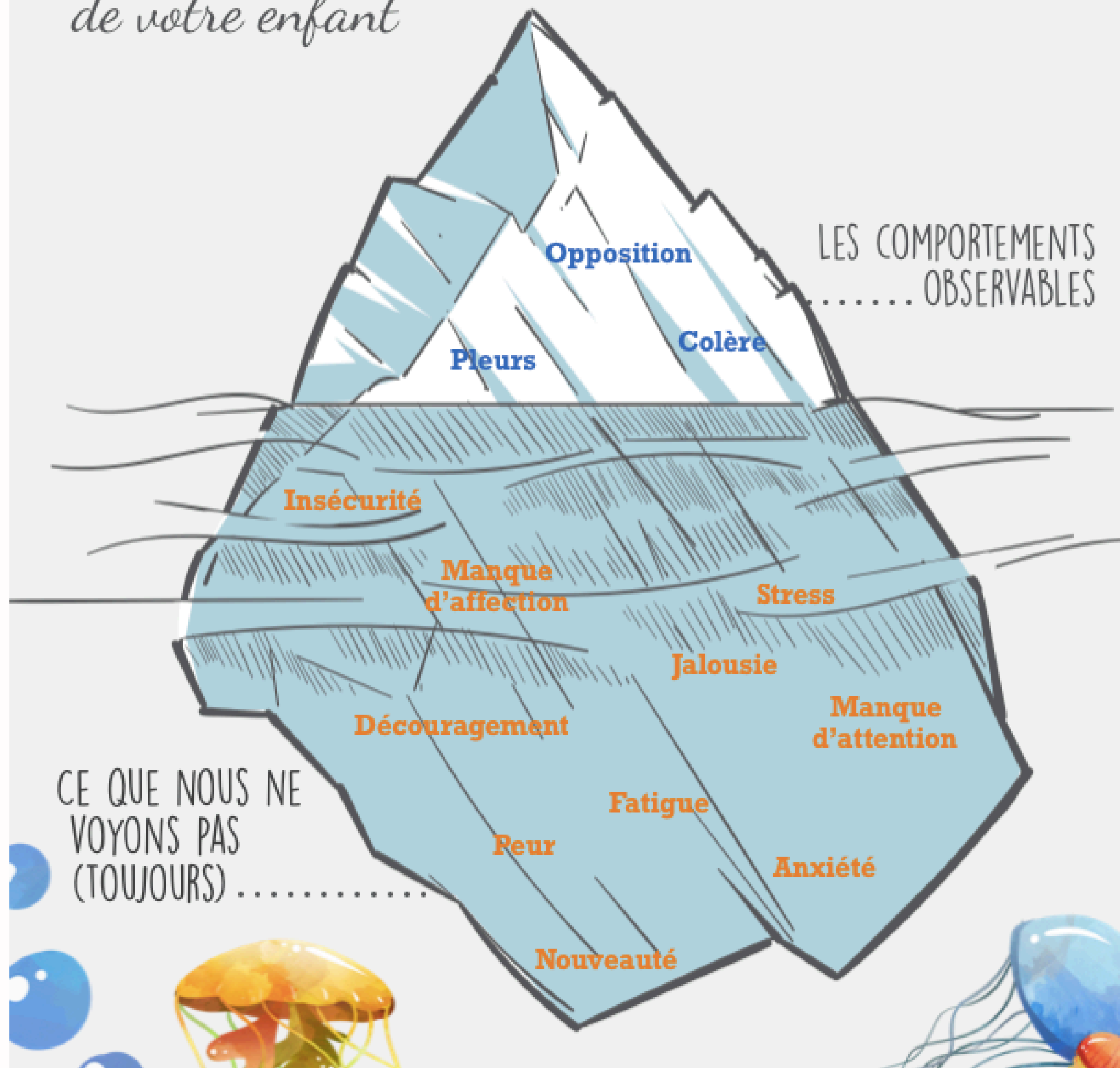
Changer profondément notre vision de l'enfant



Regarder le comportement de l'enfant avec le **filtre de la confiance** et **non avec le filtre de la méfiance.**



Ce qui se cache sous  
LES COMPORTEMENTS  
*de votre enfant*



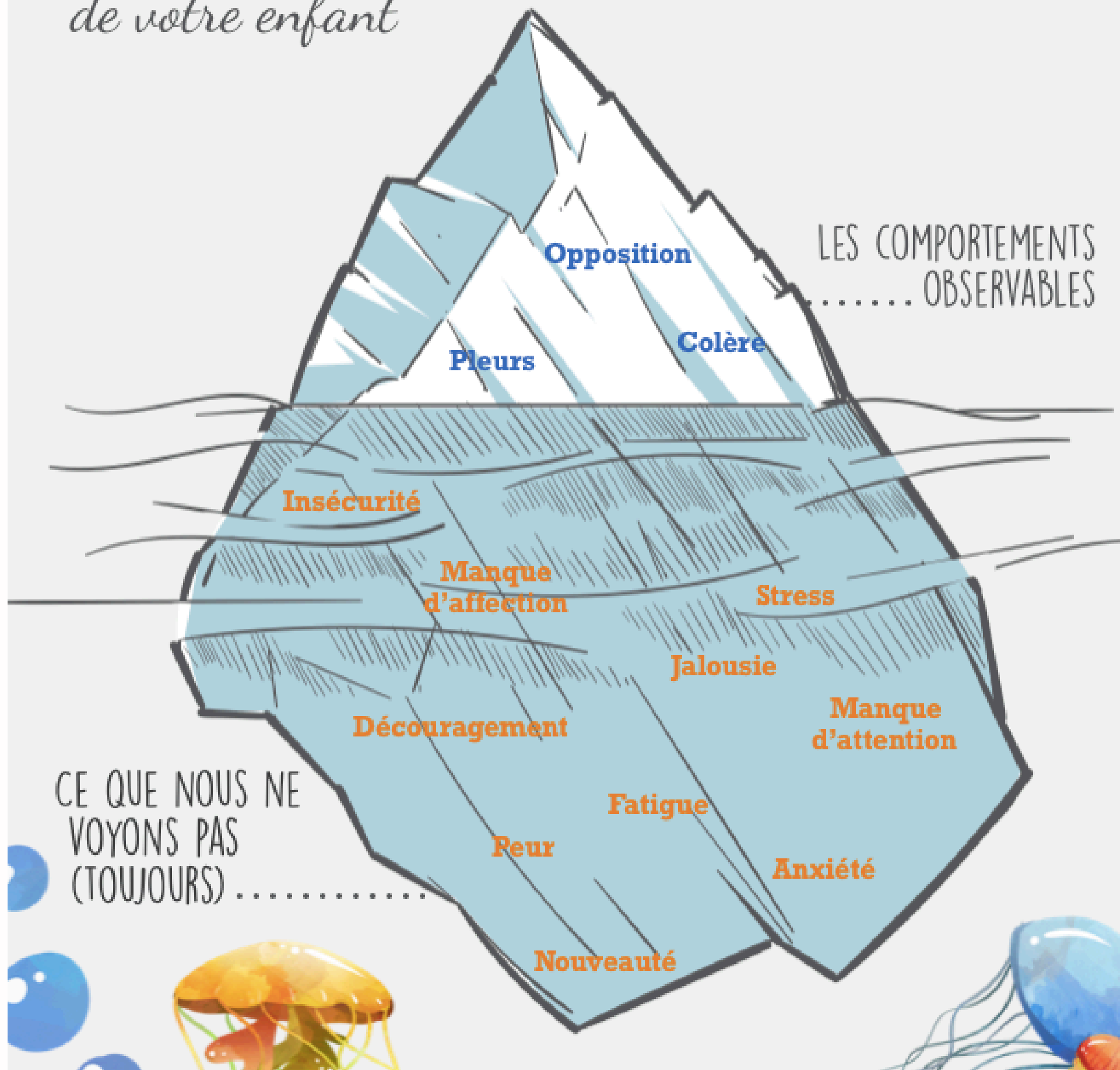
**COMPORTEMENTS, FAITS**

**EMOTIONS**

Les **RAISONS** qui  
poussent à agir ainsi

**COMPETENCES**  
sociales, cognitives,  
affectives...à acquérir

Ce qui se cache sous  
LES COMPORTEMENTS  
*de votre enfant*



## COMPORTEMENTS, FAITS



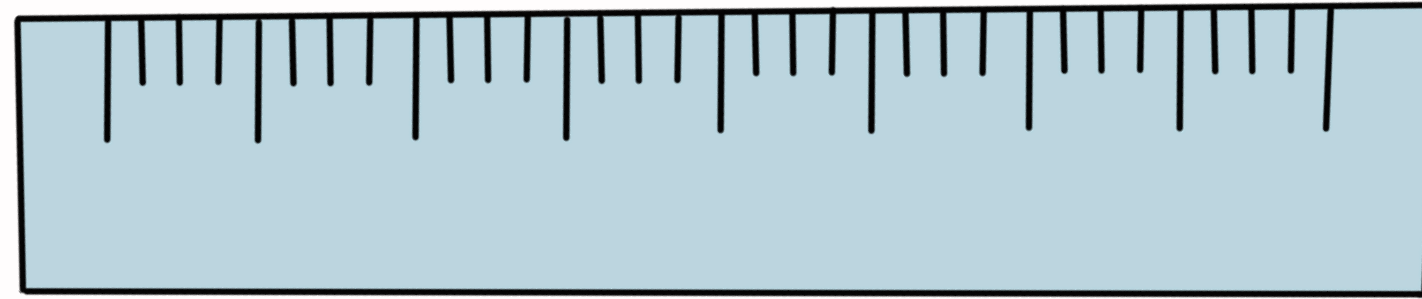
**Punition, menace**  
**Evitement de la source**

## EMOTIONS

Les **RAISONS** qui  
poussent à agir ainsi

## COMPETENCES

**sociales, cognitives,**  
**affectives...à acquérir**



*Un enfant peut connaître une règle mais ne pas (encore) savoir l'appliquer tout le temps et dans tous les contextes....*



# Quelles lignes de conduites adoptées pour allier fermeté et bienveillance ?



# Avant 5 ans

- Hugo, 2 ans et demi qui ne veut pas aller au lit..
- Anaïs, 3 ans, qui ne veut pas mettre ses chaussures...
- Romuald, 5 ans, qui ne veut pas quitter la salle de psychomotricité

# Avant 5 ans

- **Les mots ont moins d'impacts que votre corps** : le langage non verbal est primordial.

*Votre sourire a plus de poids que votre NON*

*Eviter de rester immobile alors que vous venez de dire qu'il est l'heure de partir...*

- Notre **comportement** va permettre à l'enfant de **faire la différence entre une demande et une règle établie.**
- Accompagner l'enfant en se mettent à sa hauteur, avec vos bras qui l'entourent, en le prenant par la main, poser une main sur son épaule... notre proximité physique est un moyen dans l'accompagner dans ce qu'il vit.

# Avant 5 ans

- **Anticiper** en rappelant la règle en amont.
- Verbaliser et **valoriser le comportement attendu** quand l'enfant agit **positivement +++**
- On suggère des solutions sur **comment** faire autrement.

Les explications doivent rester brèves et claires.

Traduire ses demandes inadaptés avec les mots attendus

*Exemples:*

*"tu cries pour dire "maman, tu peux me servir de l'eau stp?"*

*Quand l'enfant pousse l'assiette de la table "c'est fini?" (baby signe possible)*

# Avant 5 ans

- Utiliser le **JEU**, le **RIRE**

*Exemple: C'est l'heure du bain, allons voir si monsieur mousse sera là.*

*Exemple: Je vois que la "gigote" est dans ton corps ce soir, on va lui proposer de la faire sortir par les pieds*

- **Rechercher le besoin et proposer une alternative** : le "non" est dit et accompagné d'un "oui" quand c'est possible.

*Exemple: je vois que tu as très envie de bouger, ce n'est pas possible de monter sur le canapé, je te propose de sauter sur les matelas, les coussins, d'aller jouer dehors...*

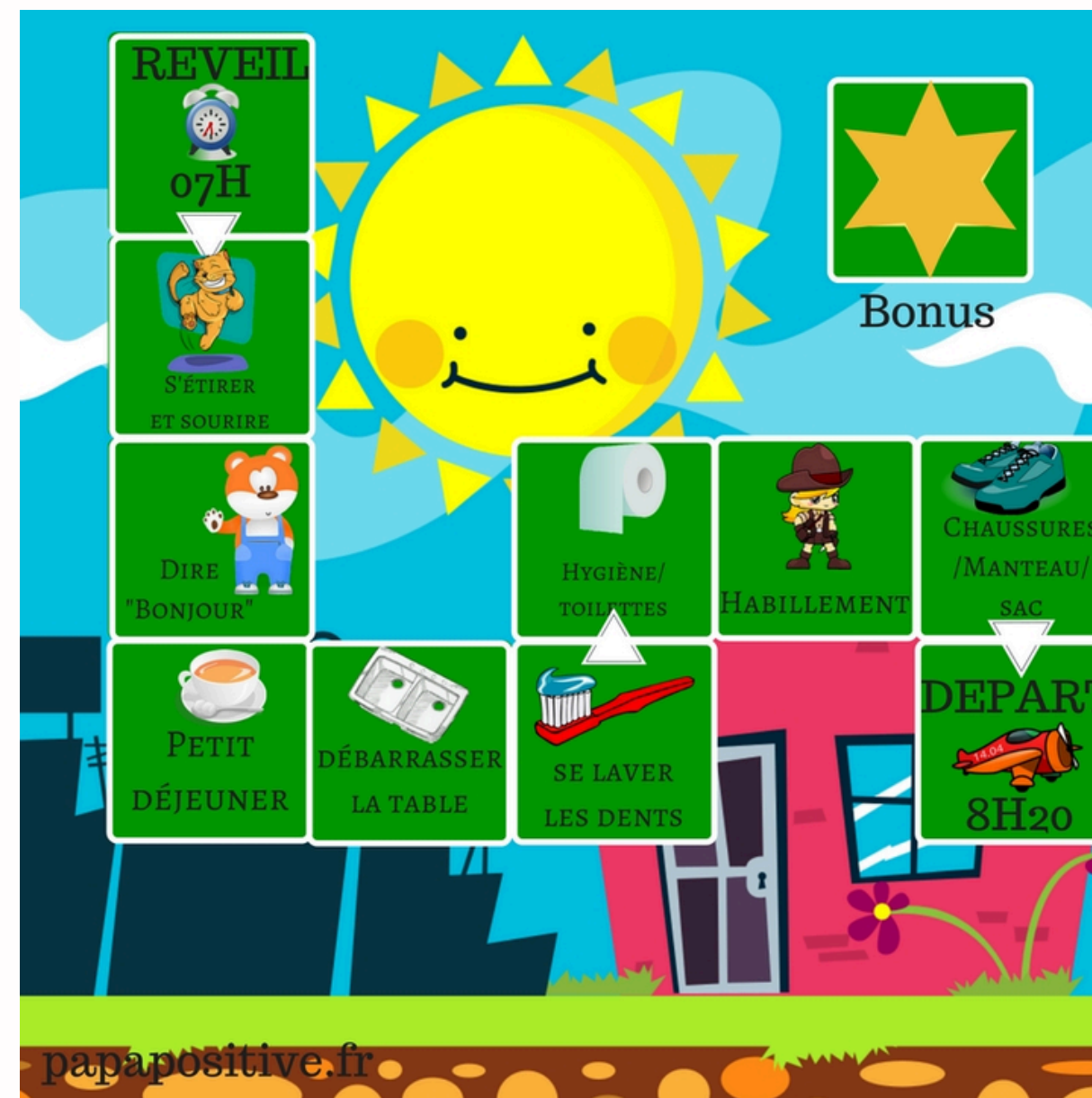
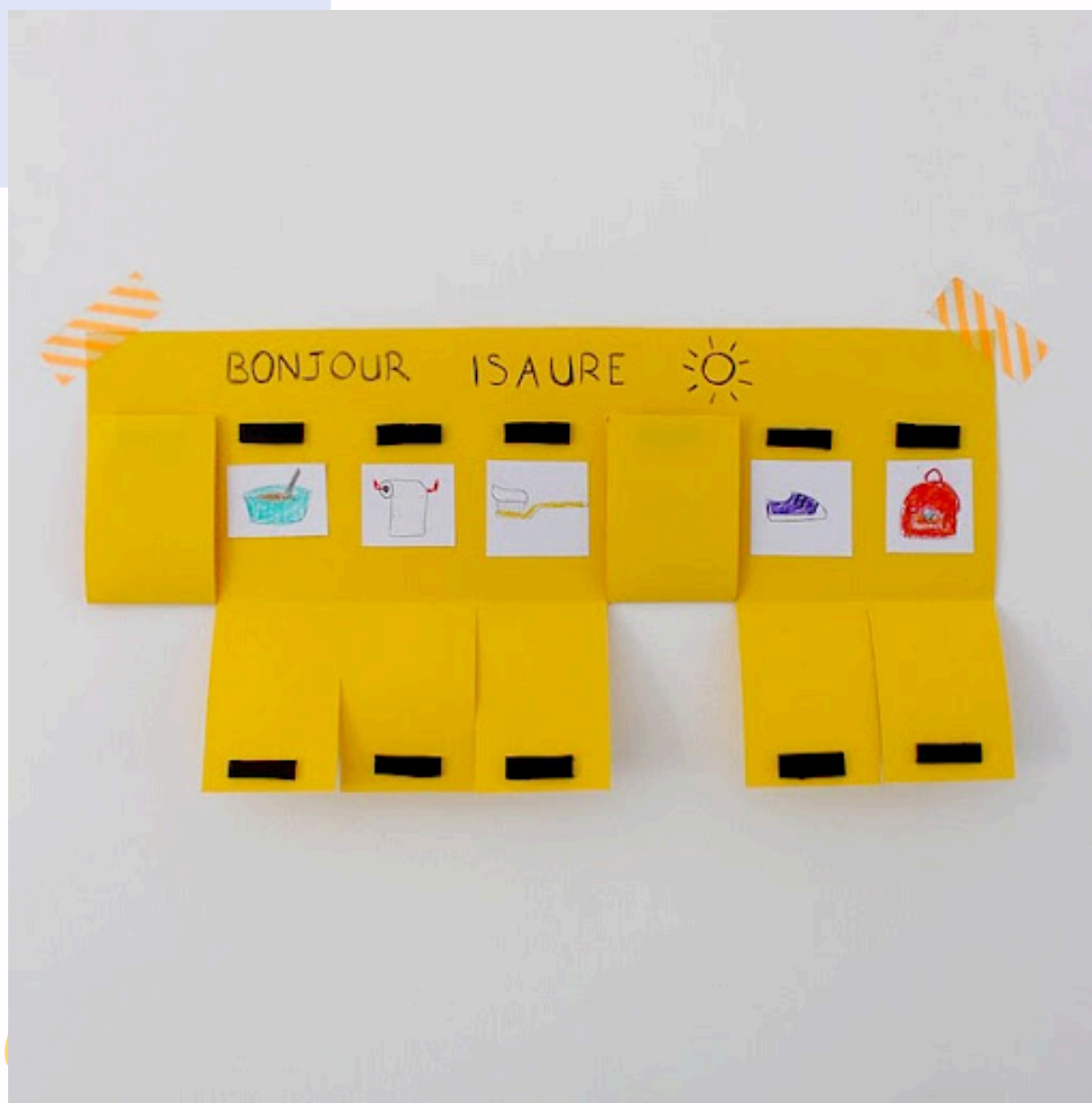


# Accompagner la période du "non"

- Phase normale et rassurante du développement ;
- Choisir vos priorités permet de tolérer qu'il puisse lui aussi être entendu dans son NON sans vous sentir heurter dans votre autorité ;
- Reposer la question plusieurs fois (le non peut se transformer en oui!) ;
- Verbaliser ce que l'enfant veut lorsqu'il dit non : **DIRE ne veut pas dire AUTORISER** ;
- **Ecouter les manifestations d'insatisfactions...**qui d'autres que vous peut le faire?

# Avant 5/6 ans

- Utilisation de tableau de routine, d'objets de transition et de repères visuels clairs



# Après 6/7 ans

- Paul, 8 ans, qui joue au ballon dans la maison alors que c'est interdit
- Kevin, 7 ans, qui ne veut pas s'habiller

# Après 6/7 ans

- Impliquer l'enfant dans le **processus d'élaboration et d'évolution des règles**. Les enfants sont plus enclins à appliquer des règles qu'ils ont aidé à établir + développent leurs compétences en matière de prise de décision et de résolution de problèmes.

**Attention** : uniquement **en dehors** du moment où la règle est appliquée, sinon on entre dans un processus de **négociation permanente du cadre**.

- Prendre **la posture d'un coach** pour l'aider à trouver en lui ce dont il a besoin pour appliquer la règle.

# Après 6/7 ans

- L'utilisation de l'enseignement par la **conséquence naturelle**.
- **Donner la possibilité à l'enfant de réparer des dommages matériels ou moraux causés**

L'enfant est en mesure de participer à une discussion a posteriori afin de:

- comprendre pourquoi il a agi de la sorte;
  - lui rappeler les règles et les raisons derrière elles;
- et travailler ensemble à des solutions réparatrices.

“Tout ne se joue pas à chaud”



# Les comportements “transgressifs”

Les enfants transgressent les interdits pour plusieurs raisons, souvent liées :

- à leur stade de développement;
- à leur compréhension des règles;
- ou à des facteurs émotionnels et environnementaux.



# Les comportements “transgressifs”

## Les transgressions naturelles

- Parfois, l'enfant n'applique plus le cadre, sans s'en rendre compte, parce qu'il est naturellement curieux, est en manque de compréhension, incapable de gérer ses émotions (notamment chez les plus jeunes enfants)

## Les transgressions volontaires

- Dans certains cas, l'enfant cherche volontairement à transgresser la règle parce qu'il est en recherche d'autonomie, en manque d'attention, influencé par ses pairs, sensible à l'incohérence dans l'application des règles.





# D'autres outils favorisant le respect des règles



# D'autres outils favorisant le respect des règles

- Alimentation pauvre en sucre !! Plus de protéines et vitamines.
- Qualité du **sommeil** et des temps de **repos**.
- Respect du **rythme** physiologique de l'enfant.
- L'activité physique en **EXTERIEUR** !! Courir, marcher, grimper...!!

*Evacuer, expérimenter les potentialités de son corps pour mieux le contrôler*





# D'autres outils favorisant le respect des règles

- Remplir le **réservoir affectif**, d'attention de l'enfant chaque jour : prescription de temps partagé 10 à 20 min par jour.



**Une relation de CONFIANCE et SECURE avec son parent est une BASE FONDAMENTALE de l'AUTORITE !!**



Selon le site [journee-mondiale.com](http://journee-mondiale.com) préconise  
« **7 minutes de câlin par jour pour se sentir heureux** »

Selon la psychothérapeute américaine Virginia Satir :  
« **Nous avons besoin de 4 câlins par jour pour survivre,  
de 8 pour fonctionner.  
et de 12 pour croître.** »



# L'adulte, ses besoins, ses limites, parlons-en !



# L'adulte, ses besoins, ses limites, parlons-en !



- **Le parent parfait n'EXISTE PAS:** chercher à adopter la bonne attitude dans 100% des cas est impossible.

comme il n'existe pas de baguette magique, ni d'enfants sages...

# L'adulte, ses besoins, ses limites, parlons-en !



- Lorsque l'on est confronté à une situation stressante avec notre enfant et que colère nous emporte jusqu'à nos gestes et nos mots, nos **mémoires traumatiques** peuvent ressurgir.



# L'adulte, ses besoins, ses limites, parlons-en !



- Connaître son **seuil de tolérance** et le communiquer

## La jauge de la patience



## La jauge de la patience

Je me sens

calme,  
de bonne humeur,  
heureux

énervé,  
agité,  
perturbé, frustré

très en colère,  
fou de rage  
épuisé, dépassé

J'ai besoin de... pour  
revenir au calme

jouer, faire un  
câlin, faire le fou,  
faire des  
pirouettes,  
dessiner...

tendresse, m'isoler,  
crier, chanter, danser,  
courir, grimper  
m'enrouler dans un plaid,  
lire une histoire

de calme, de  
m'isoler,  
crier, taper des pieds,  
taper sur un coussin,  
me reposer...



Source: S'éveiller, s'élever



# L'adulte, ses besoins, ses limites, parlons-en !



- **Viser la cohérence pour ne pas tomber dans l'abus :** peu de règles et d'interdits mais tenus = plus de cadre.
- **La réparation est toujours possible,** reconnaissez ce qui est passé avec votre enfant, ce que chacun a pu ressentir et demain vous ferait mieux. Dans la même logique qu'avec les enfants, on cherche des solutions.

# L'adulte, ses besoins, ses limites, parlons-en !



- **Communiquer sur ses limites** toute la journée, en tout lieu
- Prendre soin de son propre **réservoir affectif** et de ses besoins (l'iceberg).
- Faire du sentiment de **culpabilité** une **opportunité d'apprentissages**

# L'adulte, ses besoins, ses limites, parlons-en !



# GARDONS UNE BONNE DOSE DE BIENVEILLANCE ENVERS SOI-MEME



# L'adulte, ses besoins, ses limites, parlons-en !

- **Se faire accompagner** dans son chemin de parents, **recréer son village**, partager avec d'autres adultes aux mêmes valeurs, participer à des cercles de parents, des professionnels reconnus à l'accompagnement en parentalité, thérapeute...



# Eduquer

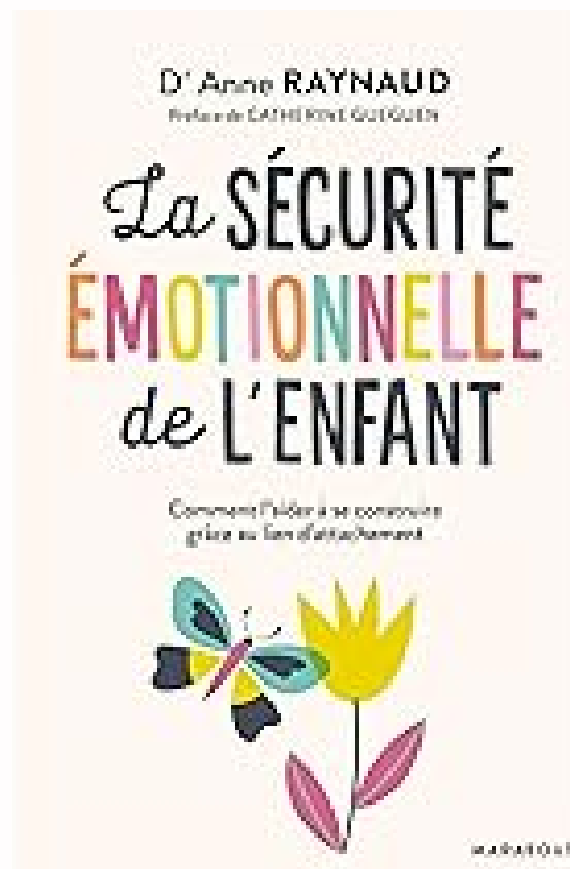
c'est choisir la voie du milieu,  
c'est avancer en s'ajustant en permanence,  
c'est vivre avec constance, cohérence et confiance  
aux côtés des enfants



MERCI POUR VOTRE  
ATTENTION



# BIBLIOGRAPHIE



## CONTACT

[elenabenhamou.psychomot@gmail.com](mailto:elenabenhamou.psychomot@gmail.com)