

Introduction

Pourquoi « comprendre » est si important

Afin de comprendre comment un enfant se développe, on doit le regarder jouer ; l'étudier sous différentes humeurs. On ne peut pas projeter sur lui nos propres préjugés, nos propres espoirs, ni nos propres peurs, de même qu'on ne peut pas modeler l'enfant pour qu'il corresponde à nos souhaits. Si l'on juge sans cesse l'enfant en fonction de nos goûts personnels, il se créera forcément des obstacles et des entraves dans notre relation avec lui tout autant que dans ses relations avec le monde.

JIDDU KRISHNAMURTI¹

IL Y A PLUSIEURS ANNÉES, j'étais invitée à prendre la parole devant un groupe de nouveaux parents au sujet des jeunes enfants et de l'attachement. La salle du centre communautaire était remplie à craquer avec des mères allaitant leurs bébés ou les berçant pour les endormir ou encore changeant leur couche. Sièges d'auto, poussettes et sacs à couches s'empilaient les uns sur les autres, tous avec des couvertures qui s'en échappaient. La coordonnatrice du groupe de soutien hebdomadaire, Meredith, a invité les parents à prendre place sur les chaises aménagées en cercle. Elle commença la session en leur souhaitant chaleureusement la bienvenue et en s'informant auprès de chacun à savoir comment le quotidien se déroulait avec bébé. Certains parents répondirent qu'ils commençaient à sortir de la maison, quelques-uns dirent qu'ils arrivaient maintenant à prendre une douche et d'autres partagèrent que l'allaitement se passait de mieux en mieux. Une mère à l'air fatigué prit la parole et dit : « Mon bébé pleure chaque fois que je la dépose. Je l'allaiterai jusqu'à ce qu'elle s'endorme, mais aussitôt que je la dépose dans sa couchette, elle se réveille. Je suis épuisée. » Il y eut des soupirs et des signes d'acquiescement pendant que Meredith répondait : « Oui, c'est difficile. Tout ce que vous voulez, c'est un peu de repos, mais c'est comme si elle avait toujours besoin de vous. » Encore plus de hochements de tête se manifestèrent tandis que Meredith prit une pause avant de poursuivre : « J'imagine que c'est difficile aussi pour votre bébé. Elle passe de la chaleur et de la sécurité d'être en vous 24 heures sur 24 où elle était rassurée par les battements de votre cœur, à ne plus jamais être capable de ressentir à nouveau cette proximité rassurante. » Pendant un instant, la pièce devint silencieuse et je me suis rappelé mes premiers jours en tant que mère. Je me suis mise à fortement ressentir la fatigue, l'épuisement et l'appréhension des parents présents.

Puis, Meredith me souhaita officiellement la bienvenue au sein du groupe et me présenta comme quelqu'un qu'elle avait convié spécialement pour aborder le sujet de l'attachement. Elle attira l'attention des mères sur l'importance de la relation humaine et expliqua que ce processus d'attachement était déjà en cours entre elles et leurs bébés. Elle m'avait déjà avertie qu'en raison de leur capacité d'attention limitée, je n'aurais que 15 minutes pour transmettre mon message. Je regardai les visages tirés et distraits des mères pendant que j'expliquais à quoi ressemble un bon lien d'attachement et de quelle façon il est utile au développement de l'enfant. Les mères étaient pensives et attentives, essayant d'absorber ce qu'elles pouvaient tout en étant concentrées sur les besoins de leurs bébés.

Après 15 minutes, j'arrêtai et je demandai s'il y avait des questions. Une mère avec un bébé collé tout contre elle me regarda et demanda : « Que devrais-je faire pour le discipliner ? » Je fus étonnée – qu'est-ce que son bébé avait bien pu faire pour devoir être discipliné ? J'imagine que mon visage avait trahi ma surprise parce qu'elle ajouta rapidement : « Ce que je voulais dire, c'est comment devrai-je le discipliner quand il sera plus vieux ? » En vérité, sa question n'était pas différente de plusieurs interrogations que j'avais moi-même eues en tant que nouvelle maman, ou que celles que j'entendais régulièrement de la part de nouveaux parents. Les questions commencent généralement toutes de la même façon : « Qu'est-ce que je devrais faire quand mon enfant fait _____ ? », « Qu'est-ce que je devrais faire quand mon enfant n'écoute pas ? », « Qu'est-ce que je devrais faire quand mon enfant ne veut pas aller dormir ? », « Qu'est-ce que je devrais faire quand il frappe son frère ou sa sœur ? » Pourtant, comme je contemplais cette pièce pleine de vies nouvelles, j'ai été déstabilisée par la question. Il y avait une question plus importante que je souhaitais me faire poser. Je voulais que cette mère me questionne au sujet des secrets qui permettent la croissance en déverrouillant le potentiel humain. Je souhaitais partager avec elle les merveilles du développement et le rôle qu'elle pouvait y jouer, devait y jouer. On ne pouvait répondre à sa question au sujet de la discipline qu'en étant conscient du jeune âge auquel l'enfant se développe et s'épanouit. J'aurais voulu prendre du recul et me concentrer sur ce qu'elle pourrait faire pour créer les conditions propices à un sain développement plutôt que de me concentrer sur les gestes disciplinaires à poser. Je voulais insister sur la maturité comme ultime réponse à l'immaturité et lui dire à quel point être parent est synonyme de patience, de temps et de bons soins.

Le message que je voulais transmettre n'en est pas un, de façon générale, que les nouveaux parents cherchent à entendre. Je voulais leur révéler que le secret pour élever un enfant, ce n'est pas d'avoir toutes les réponses, mais bien plutôt *d'être* la réponse de l'enfant. J'aurais voulu partager avec ces mères que le fait d'être parent n'est pas une notion que vous pouvez acquérir dans des livres, bien que les livres peuvent aider lorsque vous essayez de trouver du sens au comportement d'un enfant. Je voulais leur exprimer que d'être parent n'est pas non plus quelque chose que vous apprenez de vos propres parents, même si les bons parents sont de merveilleux modèles. J'aurais souhaité leur rappeler que prendre soin d'un enfant n'a ni genre, ni âge, ni ethnicité. Les assurer du fait que leur sens des responsabilités, l'impression de culpabilité, leur sens du danger et leur façon de prendre soin du bébé sont les fondements instinctifs et émotionnels liés au fait de devenir le parent dont leur enfant a besoin. Je voulais vraiment leur expliquer que tout enfant a besoin d'un endroit où se reposer, pour qu'il puisse jouer et grandir. Cela ne nécessite pas qu'un parent soit parfait ou sache quoi faire en tout temps. Ce que cela nécessite, c'est le désir d'être, en tout temps et en toute chose, le meilleur atout de leur enfant et de travailler à créer les conditions optimales pour abriter leur développement.

Devenir le meilleur atout d'un enfant

LES JEUNES ENFANTS sont parmi les personnes qui reçoivent le plus d'amour et d'affection de la part de ceux qui les entourent, mais ils sont également les personnes les plus incomprises. Leurs personnalités uniques peuvent représenter un sérieux défi pour les adultes, puisque les enfants défient généralement la logique et le gros bon sens. Ils peuvent se montrer effrontés, intraitables et provocateurs un moment pour devenir de vrais anges adorables, charmants, qui nous font fondre le cœur avec leurs rires contagieux le

moment d'après ! Cette nature imprévisible des jeunes enfants explique pourquoi les parents souhaitent si ardemment connaître les techniques et les outils qui permettent de traiter avec leur comportement immature. Le hic, c'est que des directives, même précises, n'aident en rien à trouver du sens au comportement d'un enfant.

Devenir le meilleur atout d'un enfant requiert une compréhension exhaustive de qui il est. Cela requiert du discernement et non pas des qualifications. Cela concerne ce que l'on voit lorsqu'on regarde notre enfant plutôt que ce que l'on fait. C'est être capable de voir le développement dans son ensemble au lieu de se perdre dans les détails du quotidien. Autrement dit, tout est question de perspective. Si l'on voit un enfant en détresse, on peut chercher à le consoler, à le réconforter, mais si l'on perçoit un jeune enfant comme étant manipulateur, on peut choisir de s'éloigner. Si l'on a affaire à un jeune enfant provocateur, on peut vouloir lui donner une punition, mais en comprenant que les enfants résistent instinctivement, on peut chercher une façon différente de régler l'impasse. Quand on considère un jeune enfant comme étant trop émotif, on peut essayer de le calmer, cependant si l'on comprend qu'il ressent le besoin d'exprimer de fortes émotions, on peut l'aider à apprendre un langage affectif, venu du cœur. Et si l'on voit un enfant ayant de la difficulté à se concentrer comme étant atteint de troubles de l'apprentissage, on peut choisir de le médicamenter, par contre, si on le perçoit comme étant immature, on peut lui donner un peu de temps pour grandir.

Lorsqu'on comprend un enfant – quand on commence à comprendre les raisons développementales de ses actions – son agressivité nous semble moins dirigée vers nous, son opposition nous semble moins provocante et notre focus peut être mis sur la création de conditions qui encadreront son développement, sa croissance. Il est difficile de faire progresser un comportement quand on n'en comprend pas la cause ou quand on laisse nos propres émotions embrouiller la vue d'ensemble. Charlie, le père de deux jeunes enfants a dit : « J'étais la personne la plus décontractée de mon entourage. Demandez à n'importe lequel de mes amis et il vous dira que de nous tous, j'étais la personne la plus calme et la plus facile à vivre. Maintenant que j'ai des enfants, je pense que j'ai un problème de gestion de la colère. » De la même façon, Samantha, mère de deux jeunes garçons, a écrit : « J'en suis venue à la conclusion que mes enfants n'essaient pas d'user le dernier de mes nerfs et c'est à partir de ce moment que j'ai recommencé à vraiment apprécier leur compagnie et leur présence. » La conclusion à en tirer, c'est que la façon dont on réagit par rapport aux jeunes enfants est basée sur ce que l'on voit, ce qui, ultimement, dicte nos actes. Mais plus important encore, nos actes informent notre enfant du genre de soins et d'encadrement qu'on lui offrira.

Les jeunes enfants sont le portrait de l'immaturité qui met en lumière l'origine primitive de notre évolution. Et bien qu'on soit parfois un témoin horrifié de leur immaturité, il est également possible qu'on soit béat et émerveillé devant la façon avec laquelle la vie humaine se renouvelle devant nos yeux. Le secret pour débloquer les anciens modèles de développement humain réside dans *qui on est* pour nos jeunes enfants et non pas dans *ce qu'on leur fait*. C'est en nos enfants que réside la promesse d'un futur mature pour lequel on joue un rôle d'entremetteur – et c'est pour cela qu'il est si important de comprendre nos enfants.

L'approche Neufeld

JOUER, GRANDIR, S'ÉPANOUIR est fondé sur l'approche développementale intégrée basée sur l'attachement qui permet de comprendre les enfants, créée par Gordon Neufeld. De renommée internationale, Neufeld est

un psychologue spécialiste du développement humain des plus respectés dont l'œuvre a été la création d'un modèle théorique de développement humain logique, cohérent et exhaustif. Neufeld a réuni les pièces du casse-tête du développement grâce à plus de 40 ans de recherches et de pratique. Il a tiré son modèle théorique de plusieurs disciplines incluant la neuroscience, la psychologie développementale, la psychologie des profondeurs, la science de l'attachement et la tradition culturelle. Ce modèle fournit la feuille de route pour comprendre à quel point la maturité humaine se déploie depuis la naissance jusqu'à l'âge adulte, et explique également l'échec de la maturité psychologique. Les stratégies d'intervention auprès des enfants ne sont ni étrangères au développement humain naturel ou aux relations humaines ni déconnectées de ceux-ci. Au cœur de l'approche Neufeld se trouve la tâche développementale primaire de bien comprendre les conditions nécessaires à la pleine réalisation du potentiel humain. L'objectif est de remettre les adultes en contrôle en comprenant les enfants dans leur entièreté. Autrement dit, le meilleur atout d'un enfant est un parent spécialiste de cet enfant.

Mon implication avec Gordon Neufeld a commencé il y a plus de 10 ans, résultant des nombreux chapeaux que je portais : chercheuse, professeure, conseillère et, mon rôle le plus important, parent. Après des décennies passées à étudier le développement humain, à enseigner à des étudiants et à conseiller des clients, j'ai découvert ses travaux lors d'une présentation sur l'adolescence. Dès la première heure, j'étais captivée par la façon dont il donnait du sens à ma propre adolescence et dont il expliquait le comportement d'innombrables étudiants à qui j'ai enseigné ou que j'ai conseillés. Ses travaux ont métamorphosé ma compréhension du développement humain, particulièrement en ce qui a trait à la vulnérabilité, à l'attachement et à la maturation. J'ai réalisé que mon focus était devenu trop étroit, comme si je considérais le comportement sans comprendre la croissance de l'être. Je travaillais auprès de gens ayant reçu un diagnostic de trouble alors que je ne comprenais pas entièrement la vulnérabilité humaine. Je proposais des traitements et offrais des conseils pour des problèmes qu'il m'aurait fallu comprendre à la base. J'étais, sans le savoir, perdue dans les résultats de recherche et de pratique, sans avoir la capacité d'introspection et sans pouvoir assortir les pièces du casse-tête les unes avec les autres. Écouter la présentation de Gordon Neufeld m'a ramenée au bon sens, et j'ai remis la vision globale et la compréhension au premier plan.

C'est peu de temps après que je me suis sérieusement plongée dans l'étude de la maturation humaine, de l'attachement et de la vulnérabilité via l'Institut Neufeld. Deux ans plus tard, je me retrouvais, un superbe soir de printemps, assise face à Gordon sur sa terrasse alors qu'il menait mon entrevue pour l'attribution d'un stage postdoctoral auprès de lui. Avant notre rencontre, je lui avais demandé si je devais préparer quelque chose en vue de l'entrevue et il m'avait répondu : « Non, ce dont j'ai besoin est déjà en toi. Rends-toi simplement ici. » Ce soir-là, ses questions étaient décevantes de simplicité, mais cherchaient à comprendre pourquoi j'aspirais à étudier avec lui. Je lui ai répondu que la théorie qu'il avait développée m'avait permis de mettre la condition humaine en avant-plan ; que ça avait fait de moi une conseillère plus efficace à atteindre la racine des problématiques tout en tissant des liens relationnels avec mes étudiants ; et que ça avait aussi transformé mes capacités parentales. Je lui ai partagé que ma mission serait de m'assurer que son paradigme ne tombe jamais dans l'oubli et que je souhaitais aider les parents et les professionnels à vraiment comprendre les enfants. Il avait, de toute évidence, apprécié ma réponse puisque je suis encore ici, 10 ans plus tard, à écrire à propos de tout ce que j'ai appris.

Les notions théoriques et les images utilisées dans ce livre le sont avec l'autorisation de Gordon Neufeld et sont issues du matériel de classe créé par lui. Ce matériel provient de plus de 14 différentes classes offertes par l'Institut Neufeld, totalisant plus de 100 heures d'enseignement. Je lui suis reconnaissante de m'autoriser si généreusement à utiliser son matériel et à poursuivre son travail de pionnier en tant que théoricien et professeur. Pour de plus amples informations au sujet de l'Institut Neufeld et ses cours, référez-vous à la section du livre « À propos de l'Institut Neufeld ».

Bien que *Jouer, grandir, s'épanouir* soit basé sur la théorie de Neufeld, il est également teinté de mes propres expériences, tant comme parent que comme professionnelle. C'est le livre que j'aurais souhaité avoir alors que mes enfants étaient plus jeunes et celui que je souhaite leur offrir quand ils seront eux-mêmes parents. Il est basé sur des histoires au sujet de jeunes enfants qui m'ont été partagées par des parents, des enseignants, des éducateurs à la petite enfance, des enseignants et éducateurs de l'Institut Neufeld et des professionnels de la santé, en plus d'être basé sur mes propres expériences en tant que mère. J'ai toujours eu, en tant que chercheuse et auteure, une approche qualitative, donnant vie à un phénomène avec de nombreux exemples variés de façon à en augmenter le savoir et la compréhension. Dans cette optique, je partage ici le matériel au sujet des jeunes enfants, afin de le rendre pertinent pour les adultes, de faciliter l'appropriation du savoir et d'aider à comprendre, vraiment, qui est l'enfant devant nous. Toutes les informations permettant l'identification d'un sujet ont été modifiées, rendant toute ressemblance avec une personne réelle purement fortuite. La seule exception est l'histoire de Gail au chapitre 3. Gail était, à l'Institut Neufeld, un membre de la faculté fort apprécié qui adorait enseigner à propos du jeu et des jeunes enfants.

Qu'est-ce que signifie se reposer, jouer et grandir^a ?

LE REPOS, LE JEU ET LA CROISSANCE représentent la carte routière du modèle développemental pour nous aider à mieux comprendre comment les enfants atteignent leur plein potentiel humain. Ce potentiel n'a rien à voir avec des succès académiques, un statut social, un bon comportement ni un talent ou un don spécifiques. La carte routière indique comment mener un enfant à la maturation, à devenir un citoyen responsable et à contempler le monde qui l'entoure via de nombreuses perspectives. C'est comme un plan pour mener un enfant vers un être distinct, indépendant, qui prend ses responsabilités pour mener sa vie et pour faire des choix. C'est une feuille de route pour déployer le potentiel d'un enfant afin qu'il devienne un être adaptatif, qui a la capacité de surmonter l'adversité, de persister face aux obstacles et de devenir résilient. C'est une carte routière vers le potentiel d'un enfant en tant qu'être social qui partage ses pensées, ses sentiments et ses émotions de façon responsable ; qui développe le contrôle de son impulsivité, sa patience et sa considération ; et qui prend en compte l'impact, sur les autres, de qui il est. C'est un guide pour que les parents, les enseignants, les professionnels de la petite enfance, les grands-parents, les oncles et les tantes – tout adulte qui joue un rôle significatif – le fasse de façon à ce qu'un enfant se développe comme une personne à part entière. Cette carte routière démontre de quelle façon les adultes doivent TRAVAILLER pour que les enfants puissent se REPOSER et donc ainsi JOUER et GRANDIR.

Jouer, grandir, s'épanouir vise à offrir une connaissance et une compréhension approfondies du jeune enfant tout en soulignant de quelle façon les adultes peuvent créer les conditions favorables à un développement sain. Et bien que chaque chapitre ait un objectif différent, ensemble ils mettent le jeune enfant

au premier plan et révèlent à quel point la croissance est la réponse ultime à son immaturité sous-jacente. *Jouer, grandir, s'épanouir* traite de l'importance critique du jeu dans le développement de l'enfant, de la façon dont l'attachement fournit le contexte pour abriter, calmer et élever un enfant, d'à quel point les émotions sont le moteur qui propulse la croissance, et de comment traiter les problématiques telles que les larmes, les crises, l'anxiété, la séparation, la résistance, la défiance et, bien sûr, la discipline. Le chapitre final démontre de quelle façon les parents grandissent en élevant un enfant ; j'ose espérer que cela apaisera les préoccupations par rapport au fait qu'il faille être pleinement mature avant de devenir parent.

Bien que des stratégies soient proposées pour aider les parents à trouver leur propre voie basée sur leurs perceptions individuelles, ce livre n'est pas un recueil de trucs, conseils, instructions, directives ou mantras. Ce livre confirme les intuitions parentales et le gros bon sens et réconforte le parent en lui démontrant qu'il n'est pas le seul à être déconcerté par son jeune enfant. Ce livre apporte de la clarté là où règne la confusion, de la perspective face à la frustration et de la patience générée par le fait de savoir qu'il existe bel et bien un plan développemental naturel, inné, pour élever un enfant. C'est un livre qui dit de prendre soin des jeunes enfants comme ils sont – égoïstes, impulsifs, irréflectifs, charmants, adorables, curieux, joyeux. C'est un livre qui veut faire réaliser aux parents que l'immaturité des enfants n'est pas une erreur, mais bien plutôt le modeste commencement où nous débutons tous. *Jouer, grandir, s'épanouir*, c'est utiliser notre perception pour comprendre un enfant, c'est faire confiance à ce que vous percevez et avoir la foi que ce que vous avez en vous est ce qu'il faut pour prendre soin de lui. Et bien que ce livre se veuille un guide, une carte routière pour les parents qui souhaitent devenir le meilleur atout de leur enfant, il est aussi ce que chaque jeune enfant aimerait que ses parents comprennent à son sujet.