

De la manipulation ou plutôt un message à décoder ?!

Quelques définitions :

Larousse

Manipuler : Amener quelqu'un insidieusement à tel ou tel comportement, le manœuvrer.

Manipulation : Action d'orienter la conduite de quelqu'un, d'un groupe dans le sens qu'on désire et sans qu'il s'en rende compte

Caprice : Volonté soudaine, irréfléchie et changeante de quelqu'un.

Exprès (faire exprès) : De manière intentionnelle, volontairement, délibérément.

Et la science ?

Catherine Gueguen, pédiatre, formée en communication non violente, spécialisée dans le soutien à la parentalité nous rappelle qu'un petit enfant qui pleure ou se met en colère n'est pas en train de manipuler ses parents ou de les tester.

Les enfants ont un cerveau immature qui ne leur permet pas de faire face à leurs émotions et à leurs impulsions.

Avant 7 ans, les jeunes enfants sont dominés par leurs émotions.

Maintenant, vous saurez que quand votre enfant se roule par terre, jette ses jouets, crie, tape, mord, il ne le fait pas exprès : il n'est tout simplement pas capable de se contrôler. Il ne cherche pas à vous embêter, son comportement est seulement dû à l'immaturité de son cerveau.¹

Les jeunes enfants font des expériences, pas des bêtises.

« Les enfants expérimentent et cherchent à comprendre le monde. Parfois, les expériences qu'ils font nous paraissent être des affronts dirigés contre nous alors qu'ils ne font que suivre leurs besoins vitaux d'exploration : sauter dans une flaque, tirer la queue du chien, jeter ses couverts par terre... »²



¹ Lettre à un jeune parent : ce que mon métier de pédiatre et les neurosciences affectives m'ont appris de Catherine Gueguen

² <https://apprendreaeducer.fr/les-enfants-ne-sont-pas-des-manipulateurs/>

Au-delà du comportement, identifier le besoin.

« Trop souvent un enfant têtu, désobéissant, qui s'oppose est vu comme ayant un problème de comportement et non comme un enfant souffrant en détresse et ayant besoin de la contenance d'un adulte pour apprendre à se réguler. »³

En accueillant les émotions des enfants avec empathie, en lui disant par exemple :

- **Oui, c'est vrai que c'est difficile ;**
- **On dirait que tu as eu une mauvaise journée ;**
- **Tu aurais préféré... ;**
- **Ce n'est pas facile d'attendre son tour.**

... on participe à la construction de leur estime d'eux-mêmes et on fait mûrir leur cerveau (émotionnel et supérieur) plus vite. Un enfant qui pleure, qui exprime une colère ne le fait ni "pour rien" ni pour provoquer les adultes. Tant que son cerveau émotionnel n'est pas mature, l'enfant peut être soumis à de véritables tempêtes émotionnelles qu'il convient d'accueillir en nommant les émotions ressenties par l'enfant.



³ Tiré d'une formation : Neurosciences et besoins affectifs de l'enfant – De la douce violence à la neurobienveillance

Des points clés pour passer du rapport de force à la compréhension du jeune enfant.

« L'idée est de transformer les pensées du type "il ne fait que des bêtises" ou "elle me manipule" en compréhension : qu'est-ce que l'enfant a voulu faire ? Quelle a été la motivation de son action ? Il est possible de s'appuyer sur des points clés à explorer pour répondre à cette question :

- Raisonner en termes d'émotions et de besoins, y compris physiologiques (exemple : sommeil, faim...)
- Raisonner en termes de réservoir d'amour et de besoins affectifs (le réservoir d'amour de l'enfant est-il suffisamment rempli ? A-t-il eu assez de temps et d'attention ? Se sent-il aimé tel qu'il est et accepté ?)
- Raisonner en termes de développement moteur, émotionnel et cognitif (Qu'est-ce que l'enfant est capable de faire, de comprendre ?)
- Raisonner en termes d'aménagement de l'environnement (L'enfant peut-il se mouvoir librement ? Exercer son pouvoir personnel et son autonomie ? Y-a-t-il des sursollicitations auditives/visuelles ? ...)
- Raisonner en termes d'enseignement plutôt que de punition (Quelle compétence je veux que mon enfant développe ? Comment y parvenir sans passer par des rapports de force ?)
- Raisonner en termes d'autocompassion et d'histoire personnelle (en fonction de l'éducation que nous avons nous-mêmes reçue et de notre état de stress, nous serons plus irritables et moins patients).





Vous ne gâchez pas votre enfant lorsque vous répondez à ses besoins. Vous lui apprenez plutôt qu'il peut compter sur vous.

Est-ce de la manipulation ?

Lorsque vous ne cédez pas à toutes ses demandes, votre enfant comprend mieux quelles sont vos limites. À l'inverse, si vous cédez souvent à ses crises, il apprend que c'est ce qu'il doit faire pour obtenir ce qu'il veut. Ce n'est pas toutefois pas de la manipulation ou de la provocation.

Par exemple, votre enfant ne fait pas exprès de pleurer pour que vous manquiez l'autobus. Il n'essaie pas de vous punir de ne pas rester avec lui.

Il n'est pas capable d'un tel raisonnement. La partie du cerveau (néocortex) qui gère la logique, le raisonnement, l'analyse, les fonctions exécutives, etc., ne vient à maturité que vers 40-45 ans.

Certains enfants peuvent sourire, voire rire, après avoir été réprimandés. Cela ne signifie pas qu'il se moque de l'adulte, mais ce rire peut être un moyen de recréer le lien et de faire face à son émotion de peur. Un jeune enfant dont le lien affectif est rompu avec ses parents se sent réellement en danger puisque son cerveau lui envoie le message que ses figures de protection ne seront peut-être plus disponibles pour le sauver en cas de danger.

N'oubliez pas :

L'enfant est dominé par ses émotions. Quand il est triste, il est immensément triste, quand il a peur, ce sont d'immenses paniques, quand il est en colère, il est très en colère. Les adultes doivent savoir que l'enfant, quand il est en proie à des tempêtes émotionnelles, ne le fait pas exprès. Il souffre. L'adulte doit le rassurer, le consoler, l'apaiser. Pensez-y lors de la prochaine crise !!