



Pourquoi les enfants résistent-ils et que pouvons-nous faire pour remédier à cette situation ?

**Par Dre Deborah MacNamara (9 mai 2016)
Traduit par Nathalie Malo**

Lorsque vous êtes un parent, vous pouvez compter sur le fait que votre enfant fera preuve de résistance et d'opposition à un moment donné. Pour illustrer ce phénomène, nous pouvons prendre les exemples suivants : « Sam est un garçon de dix ans qui roule ses yeux quand on lui demande de mettre la table et d'aider à servir le souper. Meghan est une fille de sept ans qui s'emporte verbalement si on lui demande de ranger sa chambre. Sarah est une fille de quatre ans qui a décidé qu'elle pouvait s'habiller seule et qu'elle n'avait pas besoin de personne pour l'aider alors qu'elle vide son armoire qui est pleine de vêtements. Félix est un garçon de trois ans qui a dû se soumettre à un test auditif en raison de son manque d'écoute. Toutefois, ses parents ont été informés qu'il n'avait aucun trouble de l'audition et qu'il s'agissait plutôt de désobéissance ». Ainsi, le dénominateur commun propre à tous ces enfants constitue la résistance et l'opposition qu'ils témoignent à l'égard de leurs parents, lesquels se montrent souvent exaspérés suite à la manifestation de ces comportements.

Il convient de souligner que nous ne comprenons pas adéquatement la raison pour laquelle les enfants résistent en premier lieu. Cependant, une explication a été trouvée pour élucider cette résistance, et elle est issue d'un instinct humain qui est connu sous le nom de « contrevolonté »; un concept initialement créé par Otto Rank, un élève de Freud. Il est pertinent de préciser que l'instinct de contrevolonté est naturellement enclenché au moment où un enfant se sent contraint ou contrôlé par d'autres individus. Cet instinct explique pourquoi un enfant ralentit le rythme lorsque vous lui dites de se dépêcher, ou pourquoi il fait le contraire de ce que vous lui avez demandé. De plus, l'influence de cet instinct peut se vérifier quand vous répétez à l'enfant de ne pas employer un langage vulgaire, et qu'il le fait davantage.

Nous pourrions croire que la Nature veut lancer un mauvais sort aux parents en dotant les enfants d'un tel instinct. Et pourtant, il occupe une fonction qui est essentielle. À ce propos, les enfants sont supposés de suivre et d'obéir uniquement aux personnes auxquelles ils sont attachés. Autrement dit, ils sont censés de « se faire mener » seulement par les adultes qui en ont la responsabilité. Ce processus s'avère particulièrement avantageux quand un inconnu tente de leur dire ce qu'ils doivent faire. Néanmoins, une question demeure : Pourquoi les enfants résistent-ils systématiquement aux directives de leurs parents ?

Un jeune enfant se montre généralement résistant parce qu'il ne sent pas attaché à son parent au moment où il reçoit une consigne. Dans cette perspective, il est pertinent de préciser que les jeunes enfants ne peuvent se consacrer pleinement qu'à une seule tâche à la fois, et que, s'ils sont concentrés sur autre chose, leurs parents ne pourront sans doute pas solliciter leurs instincts qui les poussent à les suivre. À vrai dire, si vous demandez à un jeune enfant d'effectuer une tâche sans faire appel à son instinct d'attachement, alors vous devez vous attendre à ce qu'il vous résiste. Or, la seule force qui surpasse l'instinct de contrevolonté correspond à l'instinct d'attachement. Plus précisément, si un enfant est lié à un parent, l'instinct qui l'incite à le suivre est plus fort que son instinct de résistance. Conséquemment,

la solution pour gérer la résistance d'un jeune enfant est de mobiliser ses instincts d'attachement en l'approvoisant avant de lui adresser une demande. Pour ce faire, il suffit d'accompagner l'enfant et de se concentrer sur ce qu'il fait au moment présent, et d'essayer d'approvoiser son regard, son sourire ainsi que son hochement de tête avant de lui donner des directives.

En ce qui concerne les enfants qui sont plus âgés, il nous arrive généralement d'oublier qu'ils nécessitent encore d'être approvoisés régulièrement, et ce, préalablement à ce que nous leur communiquions nos demandes. En outre, il convient de citer que l'instinct de contrevolonté contribue au développement de l'identité distincte qui forge ses propres idées, préférences, désirs, souhaits et envies. Dans cet ordre d'idée, un ami m'a déjà confié : « Quand j'avais trois ans, ma mère et moi nous nous entendions à merveille, mais dès que j'ai eu accès à mon propre jugement, nous avons commencé à avoir des problèmes. » Il importe de souligner que les enfants ont des intentions différentes de ceux de leurs parents, et ceci est un processus qui est tout à fait normal et prévisible. Toutefois, ce qui importe davantage, est la façon dont nous préservons la dignité des enfants de même que la nôtre lors de désaccords. À vrai dire, plus nous insistons, et plus ils feront preuve de résistance. Et plus ils résisteront, plus nous chercherons à pousser. Il convient de retenir que la contrevolonté, tant celle du parent et de l'enfant, peut s'intensifier jusqu'à ce qu'une éruption considérable se produise, ou que l'enfant cède afin de maintenir la relation avec son parent. Il s'agit d'un sacrifice de la part de l'enfant, qui vise à préserver la relation parent/enfant, mais qui engendre de nouvelles problématiques. Or, si la contrevolonté et la résistance sont chroniques et qu'elles ne fluctuent pas, alors cela peut révéler un problème relationnel plus systémique avec le parent, soit une problématique de domination ou d'orientation vers les pairs.

Gérer la résistance et l'opposition

Il existe un certain nombre de stratégies qui sont susceptibles d'aider à faire face à la résistance et à l'opposition des enfants, et ce, peu importe leur âge. Il convient de tenir compte du fait qu'il est pratiquement impossible de ne jamais provoquer cet instinct dans le cadre de l'éducation d'un enfant. Cependant, l'objectif premier est de faire en sorte que votre relation ne soit pas affectée par cet instinct. Vous trouverez ci-dessous quelques moyens simples, mais efficaces pour aider les parents à surmonter ces batailles et à les contourner. De plus, vous pouvez vous référer au chapitre 9 du livre : « *Jouer, grandir, s'épanouir* » - *Le rôle de l'attachement dans le développement de l'enfant*, qui aborde plus en détail la question de la contrevolonté.

- 1. N'éduquez pas votre enfant à froid - approvoisez ses instincts d'attachement avant de le diriger** - Si la contrevolonté est destinée à protéger l'enfant contre les influences et les demandes extérieures, alors les parents doivent se trouver au cœur de la relation de manière à amener l'enfant à consentir et à suivre les consignes. Donc, un parent peut s'introduire dans l'espace de l'enfant et s'engager avec lui de façon amicale avant de formuler des directives. Au moment où il sent que l'enfant est réceptif, il peut lui dire ce qu'il aimerait qu'il accomplisse. Bien que cela puisse paraître simple, le fait d'approvoiser un enfant constitue un moyen approprié pour construire une relation, mais également pour la préserver en dépit de la contrevolonté. Par exemple, si vous voulez qu'un enfant vous aide à ranger ses

jouets, apprivoisez-le avant de lui donner des instructions, et ce, pour obtenir son approbation sans avoir à vous engager dans une lutte de pouvoir.

2. Attendez-vous à rencontrer de la résistance et accordez-lui une place -

Lorsque la contrevolonté a été déclenchée, il suffit de la reconnaître et d'aller de l'avant sans accroître la coercition. Vous pouvez admettre que personne n'aime se faire donner des ordres, et ensuite de rappeler ce qui doit être fait, par exemple : « Je sais que tu n'aimes pas que je te dise de faire ton lit, mais il faut quand même le faire ». Il peut également être judicieux d'éviter provisoirement une lutte, sans pour autant renoncer à prendre les devants, en disant à l'enfant que vous reparlerez de la situation ultérieurement - ce qui peut prendre quelques minutes dans le cas d'un jeune enfant.

Il importe de spécifier que plus un enfant est immature, et plus il sera susceptible de fonctionner selon l'instinct de contrevolonté. D'un point de vue développemental, il faut s'attendre à ce que cet instinct se manifeste pleinement auprès des enfants d'âge préscolaire et des adolescents. En effet, ces deux stades impliquent une période d'évolution en tant que personne distincte, de sorte que l'enfant s'oppose naturellement aux points de vue des autres dans le but de faire de la place aux siens.

3. Instaurez des routines et des structures auxquelles l'enfant peut s'y

rattacher - La mise en place d'une structure quotidienne est un outil précieux, puisque l'enfant se sent moins contraint et contrôlé à partir du moment où il s'attache à la routine. Entre autres, je me souviens d'avoir observé, l'enseignante de maternelle de ma fille, être en mesure de persuader vingt enfants à ranger leurs jouets, et ce, tout simplement en leur chantant quotidiennement une chanson simple. Quand vous n'avez pas le temps d'apprivoiser activement un enfant, il convient d'établir une routine pour attirer son attention et de le diriger en conséquence. À vrai dire, les routines sont utiles pour les périodes de transition, que ce soit le départ pour l'école, le temps alloué aux devoirs et les étapes qui préparent l'enfant au coucher.

4. Accordez-lui des responsabilités dans la mesure où cela est approprié – Il

arrive parfois que la meilleure façon d'éviter les batailles et de satisfaire au besoin d'un enfant de « le faire par lui-même » est de le mettre en charge des responsabilités de tâches qui sont compatibles à son développement. Or, il peut vouloir s'habiller seul, choisir les livres qu'il lit ou les jouets avec lesquels il s'amusera sous forme d'expression de soi. Cependant, il est primordial de ne pas lui confier les décisions concernant la nourriture ou tout ce qui a trait à la séparation ou à l'attachement avec vous, étant donné que ces décisions relèvent de la prise en charge, laquelle incombe uniquement aux adultes.

5. Réparez les retombées des conflits de contrevolonté - Si vous avez vécu des batailles de contrevolonté entre vous et votre enfant, une simple réparation et une reconnaissance peuvent s'avérer nécessaires. Une fois que les hostilités se sont apaisées, des excuses de la part du parent seront efficaces pour faire

Pourquoi les enfants résistent-ils et que pouvons-nous faire pour remédier à cette situation ?

Deborah MacNamara

comprendre que votre relation est demeurée intacte et que vous continuerez à prendre soin de lui.

Plus un parent prend son rôle au sérieux, et plus il risque d'être contrarié de voir les manifestations de résistance et d'opposition de son enfant. À titre de parent, si vous êtes en mesure de considérer que sa résistance découle de l'instinct de contrevolonté, alors cela vous aidera à ne pas prendre ces manifestations tellement à cœur. Or, l'instinct qui nous incite à résister et à s'opposer se trouve en chacun de nous et il remplit une fonction essentielle, soit celle de veiller à ce que nous restions proches des personnes auxquelles nous sommes attachés. Par ailleurs, la contrevolonté ouvre également la voie à un enfant pour qu'il se développe en tant que personne distincte. En conséquence, quand ce dernier aura atteint l'âge de 20 ans, vous serez définitivement reconnaissant des bienfaits qui auront émergés de cet instinct.

Tous droits réservés Deborah MacNamara © 2016

Dre Deborah MacNamara est la directrice du centre de consultation et de ressources familiales **Kid's Best Bet** et membre du corps professoral de l'**Institut Neufeld anglophone**. Elle est également auteure de l'ouvrage « **Jouer, grandir, s'épanouir** », qui a été traduit dans 11 langues ainsi que du livre d'images « **The Sorry Plane** ». Pour de plus amples renseignements, veuillez visiter le site Web suivant :

www.macnamara.ca