

Chapitre 6 : Émotions et blessures : préserver le cœur tendre des enfants

Extrait du livre *Jouer Grandir S'épanouir*, écrit par Deborah MacNamara (2017)

Au cœur du comportementalisme, on trouve une croyance sous-jacente qui veut qu'il ne soit pas nécessaire de comprendre une émotion ou une intention pour véritablement comprendre le changement de comportement d'une personne. B. F. Skinner, un psychologue et partisan de premier plan de l'approche comportementale, considère que les émotions sont d'ordre privé et donc inaccessibles aux autres. Il se concentre sur les comportements, qui peuvent être contrôlés et mesurés. Les émotions ont été vues comme des variables nuisibles, des sous-produits de comportement, mais jamais en tant que raison sous-jacente des comportements.

PRITCHARD, Michael S. « On taking emotions seriously: A critique of B. F. Skinner », *Journal for the Theory of Social Behaviour*, vol. 6, 1976, p. 211-232.

L'étude de l'émotion humaine a été entravée par sa nature invisible et éphémère. L'approche comportementale mise de l'avant par le psychologue américain B. F. Skinner considérait les sentiments comme des variables nuisibles à être éteintes par des horaires de renforcement et du conditionnement opérant. La vision de Skinner a eu une incidence durable : elle a mené à l'actuelle panoplie d'approches disciplinaires qui tentent d'étouffer et de calmer les émotions du jeune enfant dès le moment où elles éclatent.

PRITCHARD, Michael S. « On taking emotions seriously: A critique of B. F. Skinner », *Journal for the Theory of Social Behaviour*, vol. 6, 1976, p. 211-232.

Chez plusieurs neuroscientifiques clés, il est désormais largement reconnu que le cerveau humain est déjà équipé d'un système motivationnel fait d'impulsions, d'émotions et d'instincts qui sont innés et non pas appris. Le but d'élever un enfant est de diriger ces émotions, impulsions et instincts à l'intérieur d'un système intentionnel qui pave la voie vers un comportement civilisé. Les forces innées, ignorées dans l'approche behavioraliste, sont maintenant au premier plan et sont considérées comme cruciales dans le développement du cerveau et du potentiel humain.

PANKSEPP, Jaak et Lucy BIVEN. *The Archaeology of Mind : Neuroevolutionary Origins of Human Emotions*, New York, W. W. Norton, 2012; DAMASIO, Antonio. *Descartes' Error: Emotion, Reason, and the Human Brain*, London, Vintage Books, 2006.

Antonio Damasio, un neuroscientifique de premier plan, a clairement affirmé que la partie rationnelle du cerveau est construite par-dessus et conjointement avec le centre émotionnel ou système limbique 4. Les nouvelles découvertes ouvrent la voie à la reconceptualisation du rôle des émotions, incluant leur tracé neurochimique, les routes neurales et leur rôle dans l'intégration cérébrale. Heureusement, la neuroscience révèle le rôle critique que jouent les émotions pour une croissance et un développement sain.

DAMASIO, Antonio R. *Descartes' Error : Emotion, Reason, and the Human Brain*, New York, Putnam, 1994.

Dans *The Healing Power of Emotion*, Diana Fosha, Daniel Siegel et Marion Solomon écrivent: « Programmés pour nous connecter les uns aux autres, nous y arrivons par nos émotions. Nos cerveau, corps et esprit sont inséparables des émotions qui les animent. Les émotions sont le

Congrès CQJDC (2023). Un accompagnement émotionnel à l'école: une solution indispensable pour aider nos élèves à s'exprimer et à s'épanouir. Présenté par Catherine Korah et Charles Lefebvre.

Chapitre 6 : Émotions et blessures : préserver le cœur tendre des enfants

Extrait du livre *Jouer Grandir S'épanouir*, écrit par Deborah MacNamara (2017)

lien entre la pensée et l'action, entre soi et l'autre, entre la personne et son environnement, entre biologie et culture. » En somme, les émotions sont le moteur du développement humain.

FOSHA, Diana, Daniel J. SIEGEL et Marion FRIED SOLOMON, éditeurs. *The Healing Power of Emotion : Affective Neuroscience, Development, and Clinical Practice*, New York, W. W. Norton, 2009, p. vii.

UNE ÉMOTION est définie comme une chose qui nous émeut et nous met en action. Les émotions sont quelque chose qui nous arrive et non pas quelque chose qui est sous notre contrôle conscient. Le cerveau a ses propres raisons pour activer les émotions, malgré que cela puisse paraître très irrationnel de l'extérieur. On ne peut argumenter avec une émotion comme si elle était logique ; il y a, dans sa folie, de la méthode et un but derrière son activation. Les émotions créent une action potentielle qui propulse un enfant vers la réponse à un besoin ou la solution à un problème. Autrement dit, les émotions ne sont pas des problèmes ; elles fournissent l'impulsion et l'énergie pour régler des problèmes. *L'émotion est le moteur qui met en marche et dirige les actions humaines; c'est ce que le paradigme comportemental n'a pas considéré dans ses efforts pour mesurer et quantifier le comportement humain.* Bien que l'émotion soit invisible à l'œil nu, on ne peut nier son existence ni sa capacité de nous faire réagir. **MACNAMARA, Deborah (2017). *Jouer, grandir, s'épanouir: le rôle de l'attachement dans le développement de l'enfant*. Éditions au Carré. Chapitre 6 : Émotions et blessures, pp.149-174.**

Les émotions sont essentielles au développement global d'un enfant; elles sont le moteur qui propulse la croissance de l'enfant vers l'identité individuelle. Les enfants n'ont pas besoin qu'on leur enseigne à se comporter de façon mature, mais qu'on les aide plutôt à ressentir les bonnes émotions pour atteindre la maturité. Les émotions ne sont ni bonnes ni mauvaises, ce qui est important, c'est comment on en vient à les reconnaître et à utiliser les noms des sentiments pour les exprimer de manière responsable. **MACNAMARA, Deborah (2017). *Jouer, grandir, s'épanouir: le rôle de l'attachement dans le développement de l'enfant*. Éditions au Carré. Chapitre 6 : Émotions et blessures, pp.149-174.**