

Comprendre le développement social de votre enfant dans les premières années

Un guide pour les parents de la maternelle 4 ans et 5 ans afin de comprendre, soutenir et cultiver les jeunes esprits.

Catherine Korah,
Coordonnatrice du CEBM





Mythes vs Réalités



Mythes

Mon enfant devrait savoir partager parfaitement.

S'il a fait une erreur, il devrait comprendre la leçon et s'excuser logiquement.

S'il n'écoute pas, c'est qu'il fait exprès de me défier.



Réalités



L'égoïsme est normal. L'enfant doit d'abord construire son propre "Soi" avant de pouvoir le partager avec les autres.



L'enfant fait preuve d'une "pureté d'action". Il manque de diplomatie et ne comprend pas encore l'impact de ses actions sur autrui.



Son cerveau immature ne peut traiter qu'une seule chose à la fois.



Le grand changement de perspective

Les jeunes enfants ne sont pas de petits adultes. Leur cerveau est immature et a besoin de temps pour s'orienter.



CERVEAU ADULTE: MULTITÂCHE



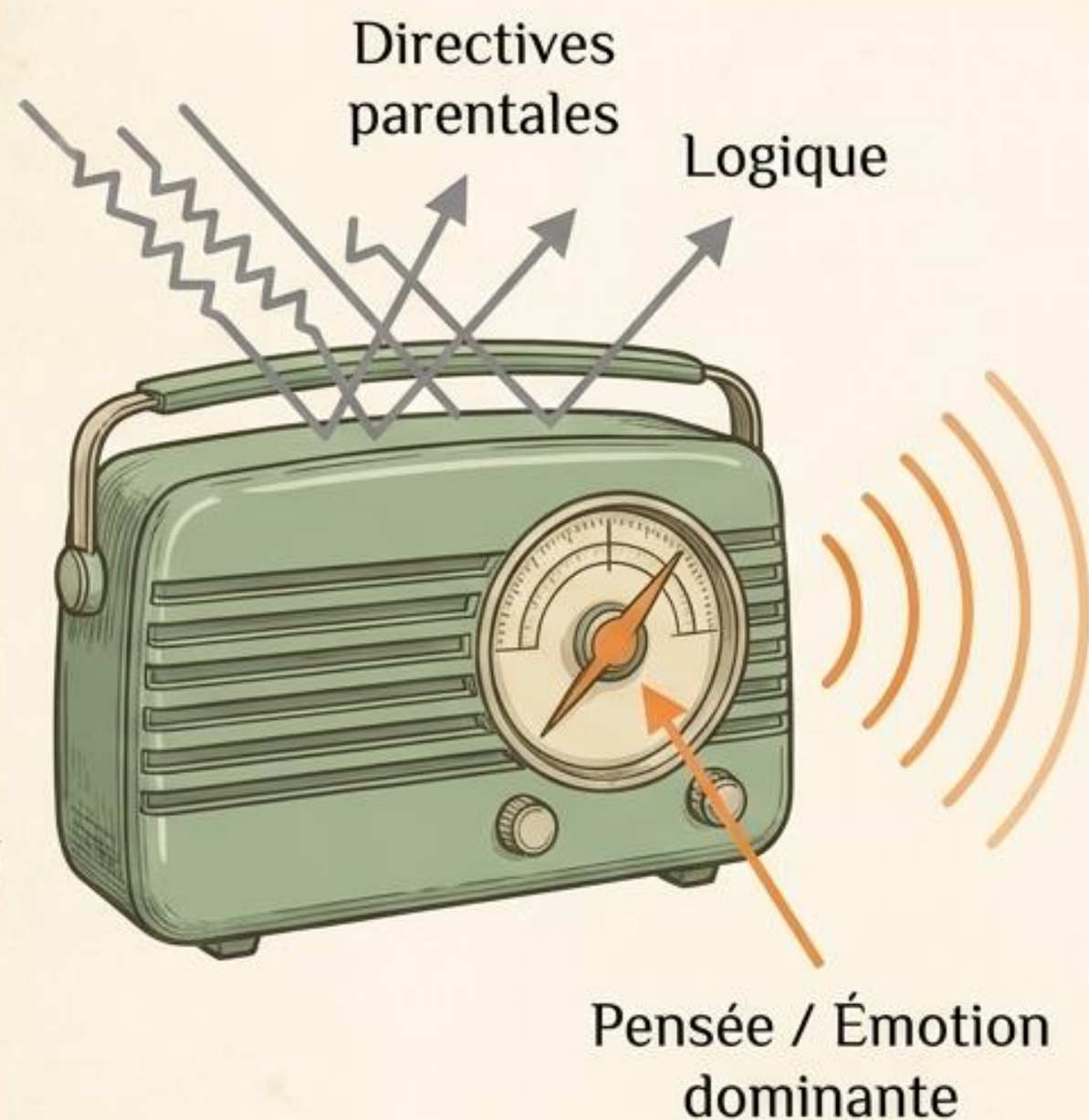
CERVEAU ENFANT: FOCUS UNIQUE

La règle d'une seule émotion

Un enfant de 4-5 ans demeure dans le moment présent avec sa pensée ou son émotion dominante. Il ne peut absorber plus que ce qu'il peut gérer.

S'ils n'écoutent pas, c'est souvent parce qu'ils ne peuvent s'occuper que d'une seule chose à la fois (et ce n'est pas toujours nous !)

Le cerveau « à canal unique »



Concept	Signification adulte	Signification de l'enfant
Équité	Partage égal et compromis. 	« J'ai tout ! » (L'injustice est purement unilatérale). 
Diplomatie	Tact et politesse.	Honnêteté pure et sans filtre. 
Écoute	Recevoir et suivre les directives. 	Être complètement absorbé par sa pensée dominante (qui n'est pas toujours vous). 

Les défis du quotidien : L'écoute et les consignes

L'approche frontale (Moins efficace)

Répéter les règlements

Hausser le ton

S'attendre à une exécution
immédiate sans connexion

Le pouvoir du jeu (Très efficace)



Adopter une **approche ludique** : utiliser une marionnette ou une chanson pour annoncer le rangement.



Capter le regard : s'assurer d'engager l'enfant avant de donner la directive.



Pratiquer à froid : jouer à attendre son tour à la maison avec des figurines.



Structurer : utiliser un horaire visuel simple.

L'égocentrisme est un bouclier naturel, pas un défaut

C'est ainsi que la Nature protège l'enfant de toute considération sociale complexe qui pourrait submerger l'émergence d'un nouveau **"soi"** encore fragile.



Pour pouvoir se partager avec autrui,
il faut d'abord AVOIR un SOI à partager.

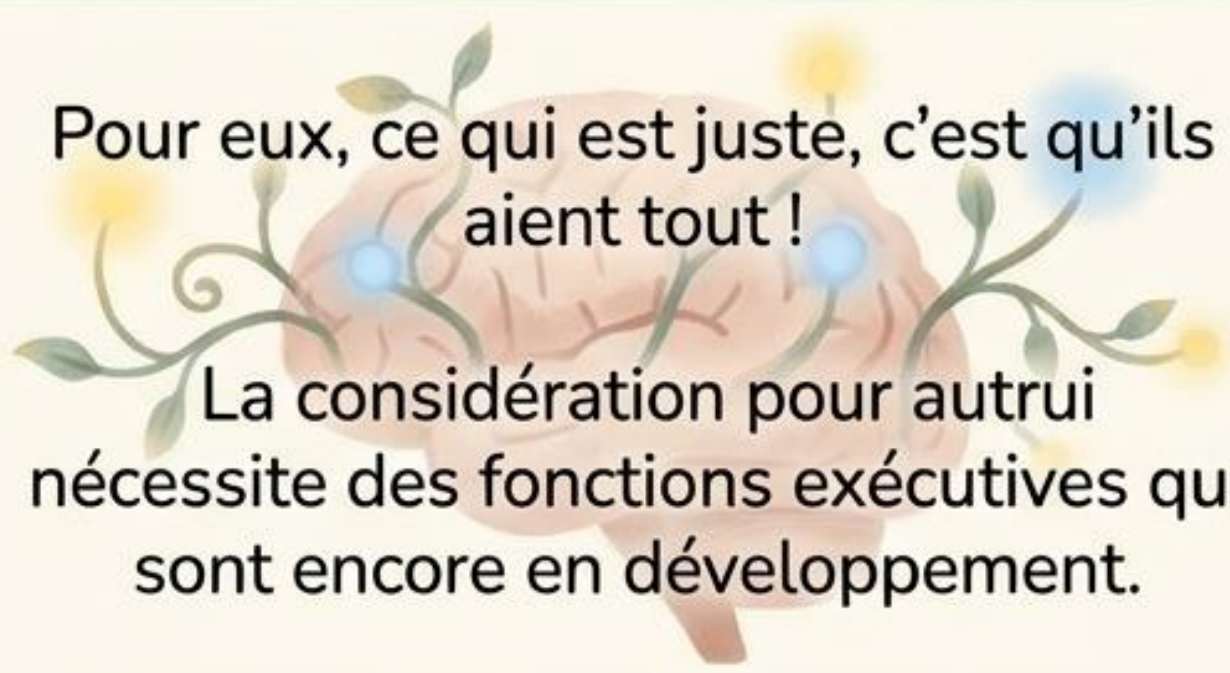
Le grand défi du partage

L'attente sociale



L'enfant doit prêter ses jouets rapidement pour être « gentil ». S'il refuse, on craint qu'il soit égoïste.

La réalité neurodéveloppementale



Pour eux, ce qui est juste, c'est qu'ils aient tout !

La considération pour autrui nécessite des fonctions exécutives qui sont encore en développement.

Aidez-le au lieu de le **corriger**. Soyez patients, proposez des jeux qui favorisent le partage naturel et modélisez la gentillesse sans forcer.

L'arbre de l'empathie et le mythe du partage forcé



Les feuilles :

Considération et empathie
(Nécessite des fonctions
exécutives).

Le tronc :

Bienveillance
(Émotion spontanée
quand le cœur est tendre).

Les racines :

Attachement et cœur
tendre
(Sécurité, se sentir
important).



1. **Donnez l'exemple :**
Répondez avec
générosité lorsqu'ils
ont besoin d'aide.

2. **Utilisez des solutions
de contournement :**
Mettez en place des
systèmes physiques
plutôt que de compter
sur leur volonté (ex.
minuteries visuelles).

3. **Jouez pour partager :**
Proposez des jeux qui
nécessitent de partager
des pièces pour réussir
(ex. construire un
Monsieur Patate
ensemble).

L'anatomie d'un conflit à la maternelle

L'ascension (Le déclencheur) –
Le cerveau est inondé.
Le cortex préfrontal
ne peut pas voir la
perspective de l'autre.

L'incident

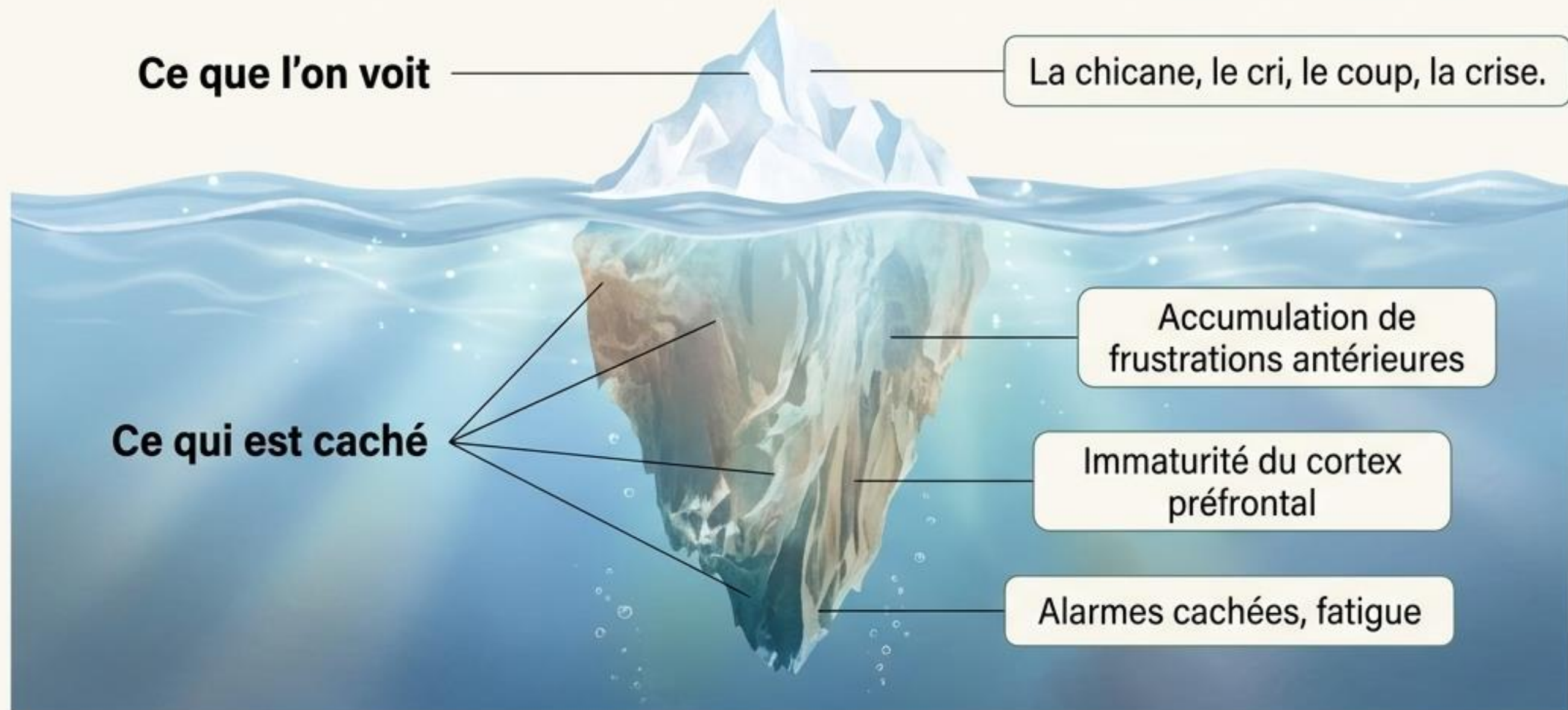
- NE PAS essayer de faire la leçon ici.
- NE PAS trop parler.
- NE PAS forcer un « désolé ».

Le retour au calme

– L'enfant se sent
souvent mal après
l'incident. Attendez que
les émotions s'apaisent.

La réparation –
C'est maintenant le
moment de se
concentrer sur le
geste de réparation.

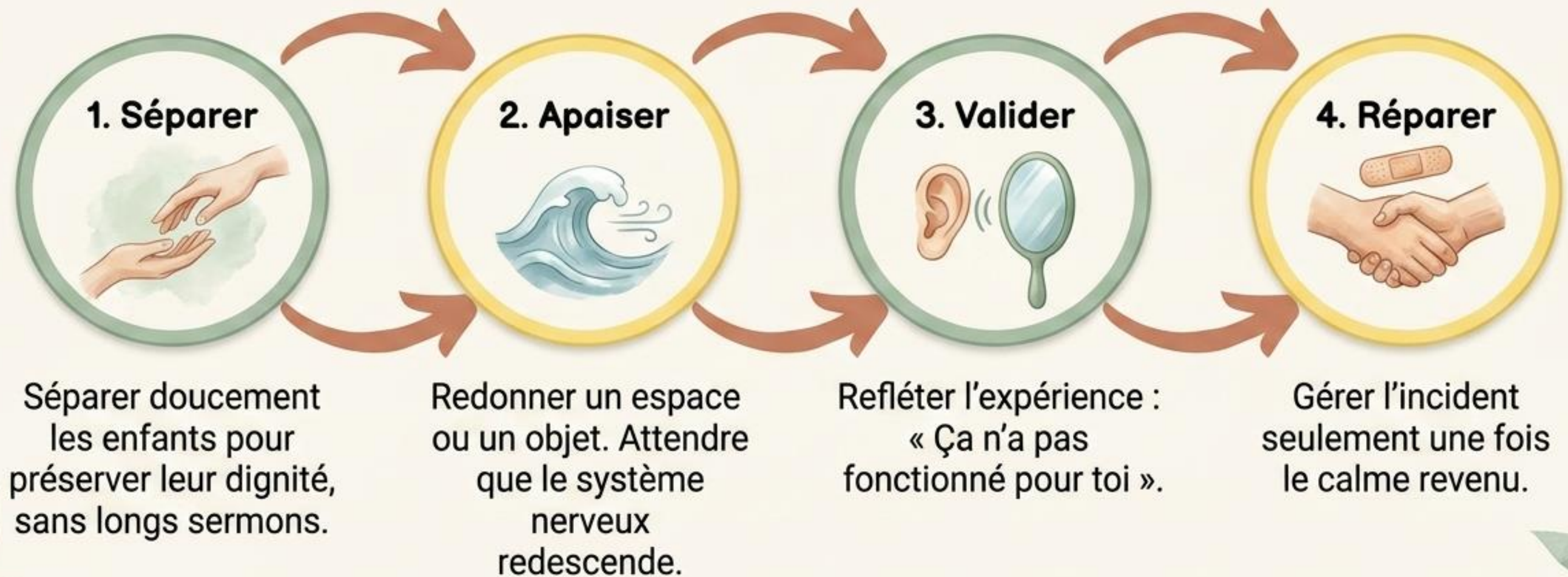
Gérer les conflits : Ce que l'on voit vs la réalité



Il est souvent futile de jouer au détective pour savoir « qui a fait quoi à qui ». L'enfant immature insistera toujours sur son point de vue. Relâchez la pression de trouver un coupable.

Guide d'intervention en 4 étapes

Agir plutôt que parler



Intervenir lors d'un conflit : Un guide étape par étape

Étape 1 : ROUGE (Désamorcer)

AGISSEZ, ne parlez pas.
N'essayez pas de comprendre
« qui a commencé ». Préservez
leur dignité, séparez-les
doucement et donnez-leur autre
chose à faire.

Étape 2 : JAUNE (Refléter l'émotion)

Accompagnez leur expérience.
Reflétez l'émotion dominante,
pas les faits. (« C'était effrayant,
», « Tu voulais vraiment qu'il
joue avec toi », « Ça ne
fonctionnait pas pour toi »).

Étape 3 : VERT (Réparer)

Attendez le calme. N'abordez
l'incident qu'une fois les émotions
totalement retombées.
Concentrez-vous sur un véritable
geste de réparation plutôt que sur
un « pardon » forcé et insincère.

Gérer les conflits entre enfants



Au lieu de...

Essayer de déterminer « qui a commencé » ou « qui a raison ».

Faire la morale ou forcer des excuses immédiates qui ne sont pas sincères.

Essayez plutôt...



Faire le nécessaire pour désamorcer. AGIR plutôt que de parler. Séparer gentiment pour préserver leur dignité.

Nommer et valider la « blessure » de l'enfant lésé. Modéliser vous-même les excuses : « Je suis désolé que ça se soit passé comme ça. »

Le piège du « Désolé »

Une excuse insincère n'enseigne rien. Voici comment naviguer dans le conflit sans perdre la relation.



Au lieu de ceci :

- ❧ Chercher à savoir « qui a fait quoi à qui ».
- ❧ Forcer un enfant à marmonner des excuses vides alors qu'il est encore dérégulé.
- ❧ Faire la morale sur la raison pour laquelle son comportement était mauvais.



Faites ceci :

- ❧ Allez vers l'enfant affecté.
- ❧ Reconnaissez sa douleur et modélisez le comportement.
- ❧ Dites : « Je suis désolé que cela soit arrivé », en montrant aux deux enfants que vous prenez les choses en main. Guidez l'enfant plus tard vers une véritable réparation.

Le mythe du « Pardon » forcé



L'erreur commune

Exiger des excuses immédiates. Même les

jeunes enfants sentent
sentent quand un pardon
n'est pas sincère.

Cela crée de la honte
plutôt que de l'empathie.



L'alternative bienveillante

Les enfants se sentent mal après un
incident, mais manquent de contrôle.

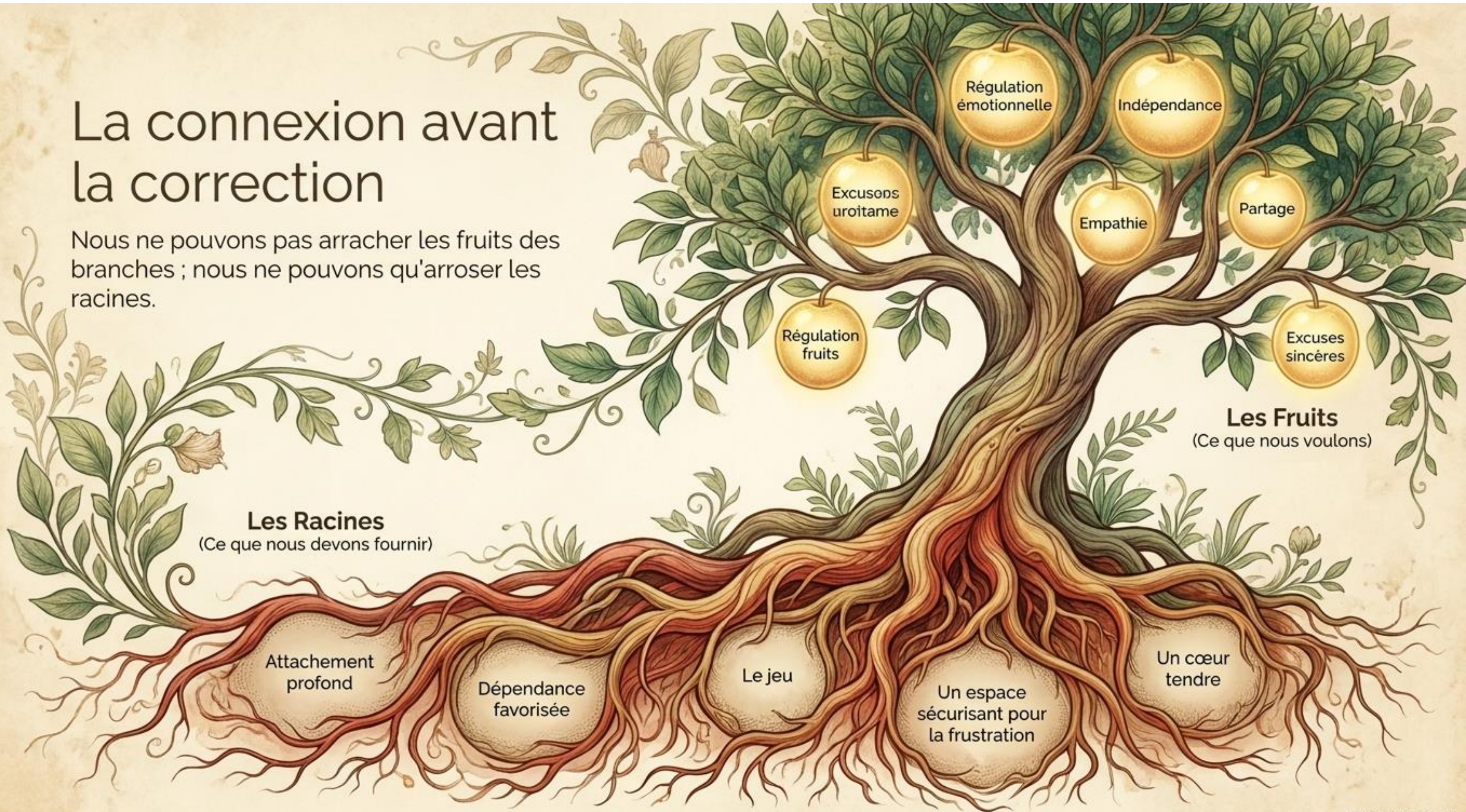
Validez la blessure de l'enfant
lésé vous-même.

Dites aux enfants impliqués que
vous prenez en charge la situation.

Abordez la réparation plus tard,
avec la contribution de l'enfant.

La connexion avant la correction

Nous ne pouvons pas arracher les fruits des branches ; nous ne pouvons qu'arroser les racines.



Pratiquer la vie sociale de manière sécurisante

Offrez des opportunités de développement social qui vont au-delà de la simple consigne « d'être gentil ». Le jeu permet de pratiquer les règles sociales à blanc, sans l'intensité émotionnelle d'un vrai conflit.

Littérature jeunesse pour explorer des situations sociales



Coffre à jouets



Comptines et jeux de type "Jean dit" pour pratiquer l'écoute et l'attente



Jeux de rôle et jeux imaginaires pour pratiquer le partage

Le pouvoir magique du JEU



Familiarisez-les avec les concepts sociaux (faire la file, écouter) par des jeux imaginaires.



Le jeu est le terrain d'entraînement de la vie sociale, car il est libre de toute pression.



Jouer à « Jean dit » ou aux chaises musicales pour pratiquer le contrôle de soi.



Utiliser des ours ou des poupées pour pratiquer la résolution de conflits.

La conscience de soi et des autres débute à partir du mode de jeu.

Le paradoxe de l'indépendance

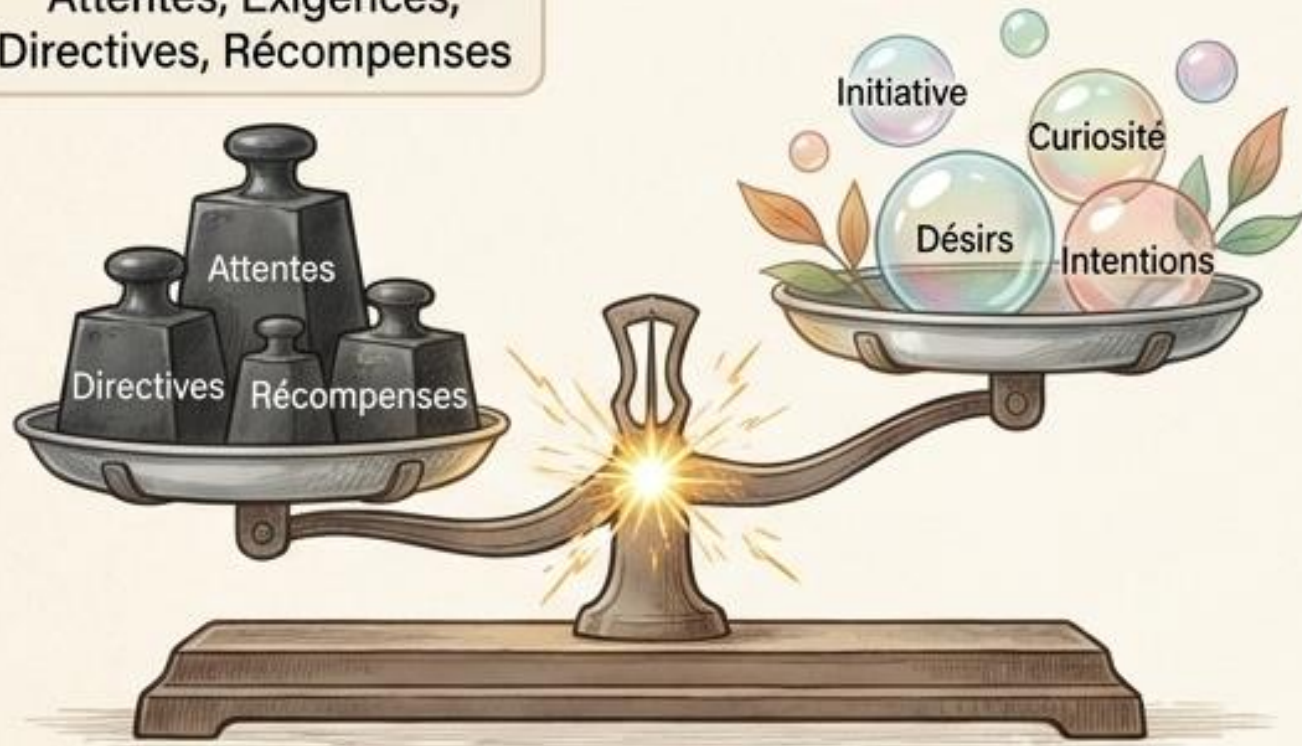
Plus l'attachement est profond, plus il est facile de cultiver l'indépendance.
La voie vers l'indépendance commence par la dépendance.



La formule de la résistance : Pourquoi forcer a l'effet inverse

La lourde pression :
Attentes, Exigences,
Directives, Récompenses

La volonté interne de l'enfant :
Initiative, Curiosité,
Désirs, Intentions



Attentes extérieures > Initiative de l'enfant = Résistance

Pression parentale > But de l'enfant = Opposition

Nos exigences > Leurs désirs = Rejet

« NON ! Je le fais moi-même, mais ne m'y oblige pas ! »
Placer une pression extérieure vers l'indépendance
déclenche prématurément de la frustration.

Contourner la résistance grâce à la magie du JEU

La résistance survient lorsque l'enfant ressent trop de pression externe.
Pour désamorcer cette opposition, changez de mode.

Collaboration
(Jeu et Curiosité)

Résistance & Opposition
(Pression et Exigences)



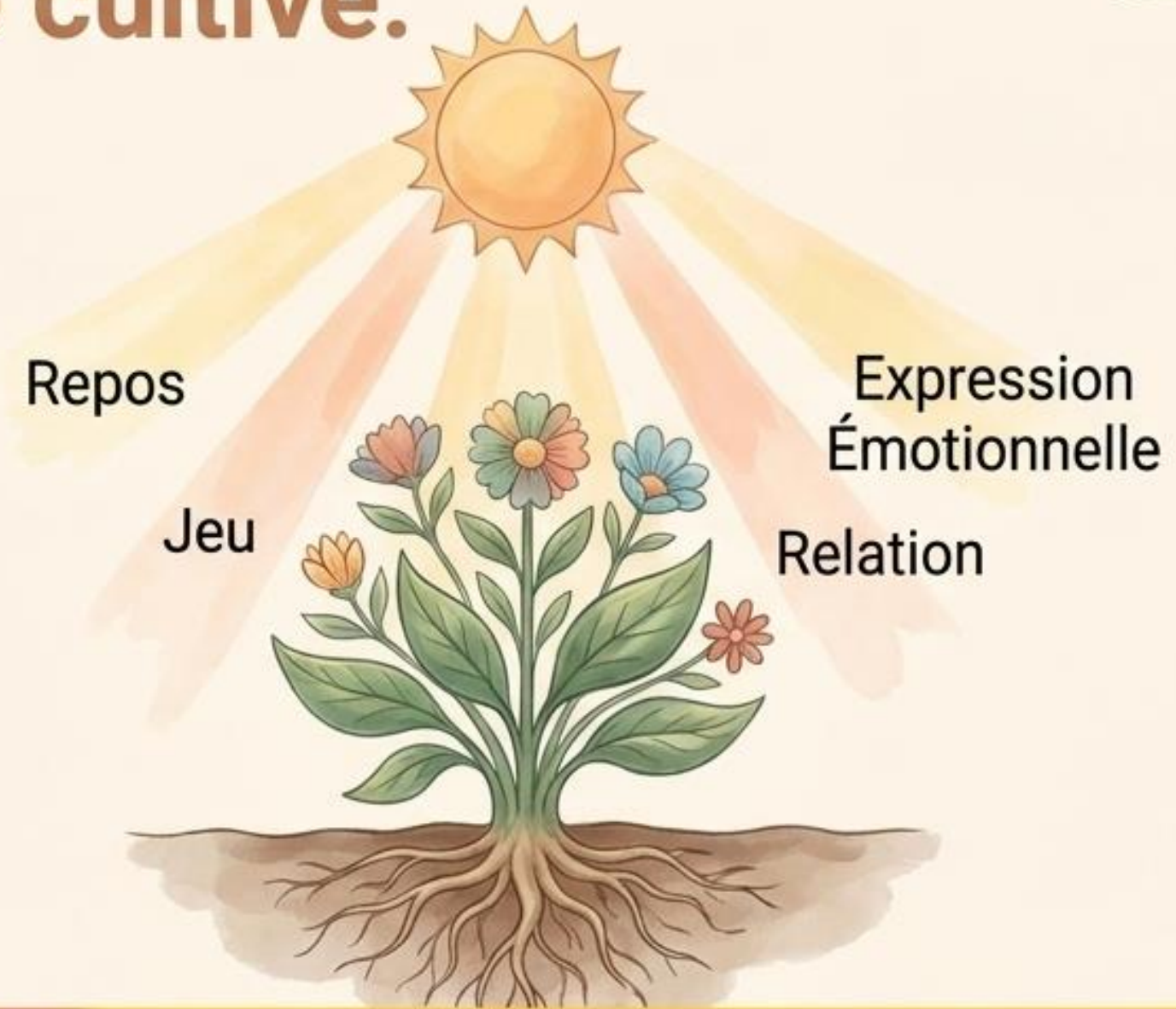
Stratégie

Adoptez une approche ludique pour transmettre vos directives. Utilisez de la musique, inventez une histoire, ou faites parler une marionnette pour minimiser la résistance.

La maturité sociale ne se force pas, elle se cultive.

Le secret n'est pas d'exiger un comportement parfait, mais de fournir les BONNES CONDITIONS.

Quand un enfant se sent valorisé, qu'il peut exprimer ses émotions en sécurité, et qu'il a le temps de jouer, son cerveau mature naturellement vers la considération des autres.



Faites de la RELATION avec votre enfant votre priorité absolue.

Établir la posture de l'adulte

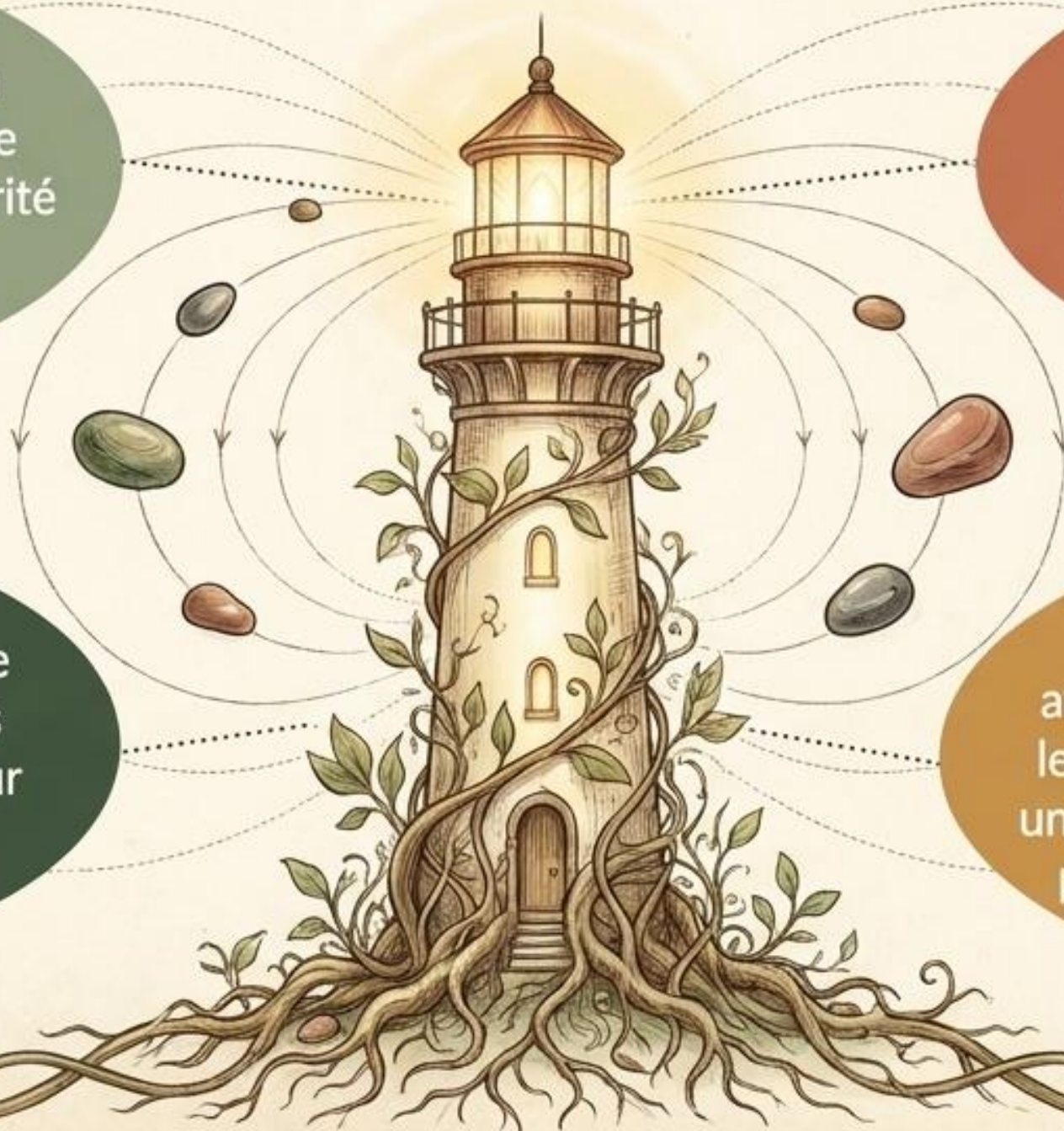
L'attraction invisible de l'attachement. Inspirez la dépendance en prenant une direction forte et bienveillante.

Leadership fort : Prendre la tête de manière bienveillante pour qu'ils se sentent en sécurité de dépendre de vous.

Prévisibilité : Utiliser des horaires visuels (pour que la structure maintienne la limite, pas seulement votre voix).

Offrir du repos : Assurer une supervision adéquate et des opportunités extérieures pour changer de rythme.

Faire de la place : S'engager avant de diriger (connecter avec leur canal unique) et leur donner un espace physique et émotionnel pour exprimer leur frustration.



En résumé : Les meilleures conditions pour s'épanouir

Le Repos

Un environnement prévisible, moins de pression sociale, et des moments de répit.



Le Jeu

Le temps et l'espace pour explorer librement et pratiquer les rôles en sécurité.



La Connexion

Des adultes patients qui accueillent les grandes émotions sans jugement.



« Quand un enfant SE SENT MIEUX, il réussit mieux.
Les fruits du développement requièrent du temps. »

Vous n'êtes pas seuls dans ce jardin !

Retrouvez des fiches pratiques, des suggestions d'activités, de la littérature jeunesse et nos capsules vidéos pour vous accompagner.

Visitez le site web du Centre d'excellence en gestion du comportement (CEBM)

www.cebmfrc.ca/developpement-social



Merci de cultiver de si belles racines pour vos enfants.
Bonne rentrée à la maternelle !