



GRAPE INNOVATIONS

L'humain à part entière

115 rue Vendôme
69006 LYON

Tél : 04 37 24 04 79
<http://www.grape-innovations-coop.com>

VOTRE FORMATION

Accompagner et soutenir les parentalités au quotidien

Document pédagogique

A. LE DÉVELOPPEMENT ET LES BESOINS DU JEUNE ENFANT

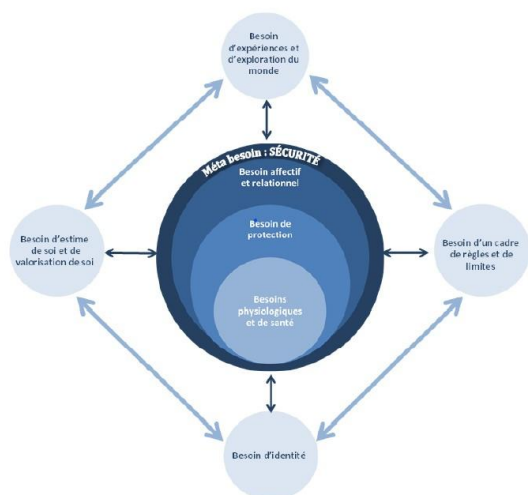
1. Les besoins fondamentaux du jeune enfant

Le développement de l'enfant est guidé par le **plaisir** : c'est dans la recherche de satisfaction et de bien-être qu'il invente, crée et qu'il apprend.

Plusieurs classifications répertorient les besoins du jeune enfant. Les connaissances actuelles tendent à proposer une relation interdépendante des besoins entre eux, plus qu'une relation hiérarchique.

Dans cette optique, le Dr **Marie-Paule MARTIN-BLACHAIS** propose une carte des besoins dits **universels**, car commun à tous les enfants, quel que soit leur âge, leur pays ou leur situation.

En premier lieu se trouve la **Sécurité** comme « méta-besoin » : la satisfaction de ce besoin de sécurité conditionne la satisfaction des autres besoins que sont les besoins physiologiques et de santé (alimentation, sommeil et soins) le besoin de protection (contre toute forme de violence) et le besoin affectif et relationnel (estime de soi, socialisation). Mais aussi le besoin d'exploration du monde (développement psychomoteur etc.), le besoin d'un cadre et de limites, et enfin les besoins d'identité et d'estime de soi.



Carte des besoins fondamentaux universels, 2017, Dr Marie-Paule MARTIN-BLACHAIS

2. Apport des neurosciences

Les neurosciences sont une discipline scientifique née dans les années 1970. À l'origine, elle s'est intéressée aux mécanismes cérébraux plus particulièrement concernant l'intellectuel : écrire, lire, compter, penser, mémoriser. Puis, à la fin du XX^{ème} siècle, sont nées les neurosciences affectives et sociales qui étudient les mécanismes cérébraux des émotions, des sentiments et des capacités relationnelles.

Elles expliquent comment le cerveau fonctionne. Tel un ordinateur sophistiqué, il se connecte, se déconnecte, se surpasse, vérifie des milliers d'informations qu'il reçoit constamment.

Au regard du développement cérébral, les 1000 premiers jours de l'enfant (4^{ème} mois de grossesse à ses 2 ans) constituent une **période de croissance essentielle** avec son lot de fragilités et de potentiels dont doit tenir compte l'adulte : la taille de son cerveau est multipliée par cinq et les connexions neuronales s'y établissent à la fréquence de 200 000 par minute.

Plus une expérience est renouvelée plus la connexion se renforce et cela fonctionne aussi bien pour les expériences positives que pour les expériences négatives : comme elles se répètent, le cerveau les reconnaît comme importantes. Les nouvelles expériences permettent de créer des reconnections continuellement et donc de trier et d'élaguer les connexions non utilisées : c'est la **plasticité cérébrale**.

Le cerveau de l'enfant trie les informations selon la fréquence de la confrontation à une même situation et non pas selon son intérêt de cette dernière. Toute expérience, y compris défavorable ou

néfaste, est considérée comme importante si elle est régulière. Elle sera ainsi intégrée comme **base de prédiction** des situations à venir.

Ce ne sont pas les meilleures expériences qui s'enracinent mais les expériences les plus fréquentes, les plus quotidiennes.

Les neurosciences valident, et c'est une idée connue depuis longtemps, que la **relation empathique, soutenante, aimante, est la condition fondamentale pour que le cerveau puisse se développer** au maximum de ses capacités. L'idée est d'être à la fois écouté et à l'écoute. Être soi-même écouté, entendu dans ses émotions et ses pensées, et laisser l'autre s'exprimer dans tout ce qu'il a à dire dans une attitude empathique où l'on sent et comprend ce qu'il vit.

Quand nous éprouvons de l'empathie, nous sécrétons de l'**ocytocine**, molécule synthétisée dans le cerveau par les neurones de l'hypothalamus. L'ocytocine est la **molécule de l'empathie** et de l'**affection**.

L'ocytocine active plusieurs régions cérébrales impliquées dans les relations sociales. Elle contribue à l'empathie en agissant, entre autres, sur une région du cerveau située au-dessus de nos orbites, appelée « **cortex orbito frontal** ». Cette zone nous permet de **percevoir les signaux émotionnels**, de les **interpréter correctement** et **d'y répondre rapidement** et de **façon appropriée**. Elle permet également de décrypter de manière très précise les expressions des yeux, du visage. Elle favorise donc les relations satisfaisantes par la perception des émotions, des intentions de la personne qui est avec nous.

B. LES FONDEMENTS DES LIENS PRÉCOCES

1. Le rôle incontestable de l'adulte

Plusieurs auteurs se sont intéressés aux premiers liens de l'enfant et tous soulignent la nécessaire disponibilité physique, psychique et affective de l'adulte s'occupant de l'enfant.

Par exemple, Donald Wood WINNICOTT¹ exprime la notion de « Mère suffisamment bonne » : la mère apprend à mobiliser sa « préoccupation maternelle primaire » pour être attentive et compréhensive à l'enfant afin de répondre au plus près de ses besoins en s'adaptant à lui.

2. La théorie de l'Attachement : John BOWLBY²

John BOWLBY (1909-1982), affirme que le lien précoce est caractérisé par l'attachement et que celui-ci repose sur des fondements biologiques. Il explique combien ce besoin d'attachement du nouveau-né est comparable, mais indépendant, de la satisfaction des besoins physiologiques tels que boire, manger.

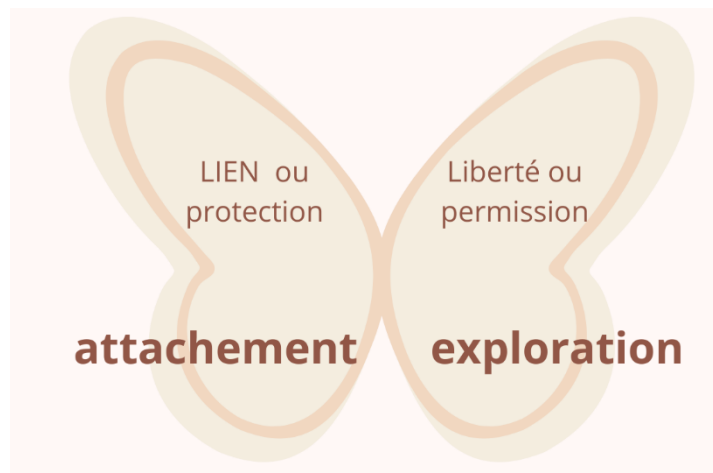
La relation d'attachement repose sur un système qui comprend :

- Des comportements d'attachements : émis par l'enfant visant la sécurité physique et la survie de l'enfant. Les pleurs, agrippements, sourires... sont des signaux et des comportements pour susciter des réactions de protection de l'adulte et maintenir la proximité avec eux.
- Des pratiques de *caregiving* : fournit comme réponse par l'adulte pour reconforter et sécuriser l'enfant. Portage, verbalisation, sourire... sont des comportements d'adaptation de l'adulte à la situation présente dans l'intention de former un lien profond et durable à l'enfant et veiller à son bien-être.popeye871217?

¹ WINNICOTT Donald Woods, *De la pédiatrie à la psychanalyse* (1947), Paris, Payot, 1969 et *Processus de maturation chez l'enfant* (1965) tr.fr., Paris, Payot, 1974.

² BOLBY J., *Attachement et perte*, Paris, PUF, 1978.

Le Lien
d'attachement
= un système
d'interactions
D'alerte et de
sécurité



Pour John BOWLBY, l'attachement a pour fonction de fournir une base sécurisante à l'enfant. Ainsi, l'adulte développe sa capacité à percevoir et décoder les signaux propres à l'enfant pour lui répondre de manière adaptée.

La figure d'attachement est la personne vers laquelle l'enfant dirigera son comportement d'attachement. Il s'agit d'une personne qui s'engage dans une interaction sociale durable avec l'enfant et qui répondra facilement à ses signaux et à ses approches.

Une figure d'attachement implique donc :

- D'être une présence importante et régulière dans sa vie
- De considérer l'enfant dans sa singularité
- De prendre soin physiquement et émotionnellement du jeune enfant
- D'investir l'enfant émotionnellement

La relation d'attachement est structurante pour l'enfant. Elle contribue au développement :

- Du sentiment de soi : être compétent d'une part et digne d'amour d'autre part
- Des habiletés sociales et affectives des jeunes enfants : les premiers liens que connaît l'enfant sont les premiers modèles de ce qu'est une relation et de ce qu'il peut en attendre
- D'une autonomie future : en sécurité, il va pouvoir explorer et découvrir le monde

John BOWLBY parle du **système attachement-exploration** : lorsque le système d'attachement de l'enfant est activé parce qu'il est anxieux, déséquilibré, malade, fatigué, il s'ensuit une recherche de contact rapproché avec des figures d'attachement afin d'obtenir un réconfort et d'être rassuré. A l'inverse quand l'enfant se sent bien, confiant, joueur, son système d'attachement reste inactif et son monde s'élargit au-delà du contact corporel avec quelques figures d'attachement sélectives. Selon ce modèle, le système d'exploration peut alors être activé.

La relation d'attachement est universelle. En revanche, les pratiques d'attachement varient d'un pays et d'une culture à l'autre : les croyances, les valeurs et les vécus influencent le modèle des parents et donc leur manière d'être et de répondre à leur enfant.

3. Les types d'attachement :

Les trois premiers ont été mis en évidence par M. AINSWORTH (1985), grâce au protocole de la « situation étrange ». Cela consiste en un scénario fait de séparations et de retrouvailles qui va activer les comportements d'attachement de l'enfant au moyen de léger stress, induit par une brève séparation du parent et par la présence dans la pièce d'une personne non familière. Le dernier type a été mis en évidence par M. MAIN et J. SOLOMON en 1988.

- *Les enfants dits « sécures »* (65%) arrivent à activer leur système d'attachement de façon optimale, c'est-à-dire qu'ils l'activent quand ils se trouvent dans une situation angoissante (par exemple quand la figure d'attachement s'absente, ils protestent) et qu'ils le désactivent le reste du temps pour pouvoir explorer l'environnement. Ils accueillent le parent à son retour avec une expression de soulagement, et une recherche de proximité, puis retournent en exploration. La figure d'attachement se caractérise par une grande disponibilité et une sensibilité aux signaux émis par son enfant. **Enfant explore en présence de sa mère,**

inhibé dans ses comportements en son absence, soulagée quand la mère revient

- *Les enfants dits « anxieux évitants » (15%)* ont tendance à inhiber leur système d'attachement : dans la plupart des cas, ils ne réagissent pas au départ de leur figure d'attachement, peuvent continuer à jouer en leur absence : ils donnent ainsi l'impression d'être indépendants. Au retour du parent, ils ont tendance à l'ignorer ou à l'éviter. Les interactions du parent sont intrusives ou rejetantes par rapport à l'enfant. Celui-ci est incapable d'utiliser son parent comme source de réconfort. **Ne cherche pas à se sécuriser, minimise ses émotions**
- *Les enfants dits « anxieux ambivalents » (20%)* hyperactivent leur système d'attachement : ils réagissent de manière démesurée à des indices mineurs d'insécurité. Ils réagissent au départ du parent par une détresse importante. Ils sont difficiles à calmer, une fois que le parent est revenu : ils restent en colère et ne parviennent pas à retourner jouer. Lors de la réunion, ils vont chercher du réconfort, mais d'une façon ambivalente : ils peuvent sembler désirer le contact, par exemple, ils s'accrochent au parent pour s'en détacher immédiatement après. Ils sont incapables d'utiliser leur parent comme base sécurisante pour explorer le monde. On note une incohérence de la figure d'attachement alternant entre disponibilité et rejet. **Demande tellement de proximité que ça se passe mal.**
- *Les enfants dits « désorganisés » (5%)* peuvent manifester le désir de retrouver leur parent lorsqu'ils en sont séparés, mais leur comportement lors des retrouvailles est désorienté ou désorganisé : par exemple, ils ont des attitudes contradictoires et incompréhensibles telles que s'agripper au parent en détournant le regard ou rester figé, les mains en l'air. Ils n'ont pas réussi à développer de stratégie d'attachement cohérente. Les parents de ces enfants sont souvent maltraitants.

La qualité de l'attachement dépend de la relation, et non de la personnalité, de l'enfant. Un enfant peut développer un attachement sécure avec sa mère et insécure avec son père ou inversement. L'enfant peut développer plusieurs liens d'attachement et donc bénéficier de plusieurs figures d'attachement : les professionnels qui s'occupent de lui peuvent remplir cette fonction

C. LA PARENTALITÉ : UN PROCESSUS COMPLEXE EN PERPETUEL MOUVEMENT

1. Éléments de définition

Le concept de parentalité est neutre et englobe le père, la mère ainsi que toute personne exerçant un rôle parental. Devenir parent est un PROCESSUS et cette simple idée rompt avec celle d'instinct maternel ou paternel et prend en compte que l'on ne naît pas parent mais qu'on le devient. L'enfant construit et "parentalise" ses parents en même temps qu'il se construit lui-même.

Le pédopsychiatre, psychanalyste Didier HOUZEL distingue trois axes qui composent la parentalité :

- L'expérience de la parentalité : elle renvoie aux dimensions subjective consciente et inconsciente que fait vivre le fait de devenir parent et de remplir les rôles parentaux (vécu, émotions, représentations, transformations psychologiques que les parents connaissent lorsque l'enfant est attendu ou non, naît, grandit, part...). « C'est aussi là que se joue la relation affective et imaginaire de chaque parent avec son enfant, qui implique des confrontations complexes entre plusieurs niveaux de représentations : enfant fantasmatique, enfant imaginaire, enfant réel. »
Travailler avec des parents, les accueillir, c'est tenir compte de ce processus de construction dynamique qui se poursuit tout au long de la vie
- La pratique de la parentalité : les actes ou les tâches concrètes de la vie quotidienne, objectivement observables, qui incombent à chacun des parents.
Ce sont ces pratiques qui sont déléguées partiellement à d'autres adultes en l'absence des parents (professionnels, membres de la famille, amis...).
- L'exercice de la parentalité : il se réfère aux aspects juridiques (les droits et devoirs des parents vis-à-vis de leur enfant) et symbolique (les normes socialement attendues et valorisées par un groupe social).

Largement influencées par les contextes affectif, familial, social, économique, culturel, juridique et institutionnel, elles sont en interaction dynamique permanente : la modification de l'une entraîne le réajustement des autres.

2. Des balises pour intervenir auprès des parents

Les pratiques de soutien ou d'accompagnement nécessitent de s'interroger sur la façon dont les parents eux-mêmes définissent et vivent leur rôle.

L'accompagnement désigne l'acte de se joindre à quelqu'un pour faire un parcours en commun sur un temps donné pour aller où il va. Cela suppose d'être présent et de se mettre au rythme de la personne, en ajustant l'accompagnement en prenant en compte des rôles et des positionnements différents. Il s'agit pour le professionnel de permettre une mise à distance et une objectivation de la situation afin de proposer l'accompagnement le plus ajusté, éclairé et dicté par des valeurs éthiques et sociales appelées à co-exister avec celle du parent.

Le soutien

Le terme de soutien à la parentalité fait l'objet d'un large usage et soulève de grandes crispations. Cette posture implique une autre pratique puisqu'il évoque l'idée d'étalement afin de maintenir l'autre dans une position de stabilité et d'équilibre afin d'empêcher qu'il ne tombe ou s'affaisse.

3. Valoriser les compétences parentales

Les propos et actions des professionnels à destination des familles peuvent les entraver comme les renforcer dans la représentation de leurs rôles. La stigmatisation des familles « démissionnaires » ou en « difficulté » doit faire place à une valorisation des compétences parentales : les textes législatifs et réglementaires reconnaissent l'autorité parentale et mettent en avant son exercice par les parents comme premiers éducateurs.

Il s'agit de reconnaître leurs compétences spécifiques pour mieux les valoriser, leur donner confiance et, le cas échéant, mieux les accompagner dans leurs rôles éducatifs et parentaux.

Le prendre soin de l'enfant est créé progressivement dans cet espace commun de relations et de réflexions. Accueillir ne signifie pas être réceptif au sens attentiste : c'est bel et bien au professionnel d'amorcer cette dynamique en allant vers le parent et en lui prêtant attention pour ce qu'il est et non pas pour ce qu'on aimerait qu'il soit. Cela implique pour le professionnel de :

- S'ouvrir à chacun des parents et ses particularités, son contexte de vie : ce n'est pas accueillir chaque parent de la même manière mais s'adapter à chacune des situations. Il est pertinent de s'interroger en équipe sur les définitions et mises en œuvre des principes d'égalité et d'équité. Les solutions même si elles peuvent différer, ne sont pas pour autant inadéquates dans leur cas précis.
- Soutenir la collaboration : la co-élaboration des compétences parentales et des compétences professionnelles implique une place et un savoir spécifique propre à chacun et en complémentarité autour de l'enfant.

Les professionnels se dégagent d'une posture d'expert avec une volonté d'imposer, un certain monopole de savoirs autour d'une pratique définitivement meilleure qu'une autre. Les pratiques professionnelles deviennent des occasions favorables aux apprentissages réciproques, au partage des savoirs et à l'établissement de relations de partenariat. Parfois, il est nécessaire de reconnaître les limites de son cadre d'exercice et mobiliser d'autres partenaires autour des besoins familles. Inviter les parents à participer à l'élaboration des thèmes abordés, en sollicitant leurs idées, leurs besoins, ou leurs préoccupations. Cela crée un sentiment de possession du projet.

- Permettre une pair-aidance : l'identité parentale se construit aussi dans les relations entre parents. Inviter des parents ayant déjà participé à des projets similaires à ce que vous proposez à partager leurs expériences et leurs bénéfices est un puissant moteur de lien et de motivation.

Il s'agit donc de valoriser la place et la participation des parents pour rendre possible, accessible, fiable et durable la nécessaire coopération entre professionnels et non-professionnels. Il est important de s'interroger sur les modalités de partenariats que l'on propose aux familles : les espaces/temps de partage et d'échanges qui existent déjà, comment on les fait vivre, ceux à créer...

Le soutien à la parentalité s'inscrit dans une approche globale pour apporter à chaque parent l'accompagnement dont il a besoin, au moment où il en a besoin, sans stigmatisation ni évaluation de ce que l'on considère comme difficile si on était à sa place. Accueillir une famille, c'est avant tout la respecter dans ses compétences : c'est au professionnel de reconnaître les parents comme parents suffisamment bons pour qu'ils puissent exercer pleinement leur fonction de parent et qu'ils se vivent au mieux parent de leur enfant.

4. IMPLIQUER LES PARENTS DANS LES ACTIONS D'ACCOMPAGNEMENT A LA PARENTALITE

Motiver les familles à participer à des projets de parentalité est un défi, mais cela peut être accompli en prenant en compte leurs besoins, leurs préoccupations, et en leur offrant des environnements et des approches adaptés.

- Comprendre les besoins et les attentes des familles

Avant de lancer un projet, il est essentiel de prendre le temps d'écouter les familles et de comprendre leurs besoins. Organiser des rencontres informelles, des entretiens ou des sondages pour évaluer ce que les parents attendent d'un programme de parentalité est une première étape clé.

La théorie de la motivation de DECI et RYAN, connue sous le nom de théorie de l'autodétermination, propose que la motivation humaine est influencée par trois besoins psychologiques fondamentaux : l'autonomie, la compétence et la connexion sociale.

1. Autonomie :
 - La nécessité de se sentir maître de ses propres actions et décisions.
 - Les individus sont plus motivés lorsqu'ils agissent en fonction de leurs valeurs et intérêts personnels.
2. Compétence :
 - Le besoin de se sentir efficace et capable d'accomplir des tâches.
 - La motivation est renforcée lorsque les individus peuvent développer et démontrer leurs compétences.
3. Connexion sociale (ou appartenance) :
 - La nécessité d'établir des relations et de se sentir accepté par les autres.
 - Les interactions sociales positives favorisent la motivation et l'engagement.

Viser ses 3 besoins dans la conception des actions promeut une motivation intrinsèque donc durable chez les parents. Les parents s'engagent alors dans une action pour le plaisir qu'elle procure et pour les bénéfices tangibles qu'elle peut engendrer (ex : Montrer comment la participation au projet peut améliorer leur quotidien à la maison)

- Proposer des actions adaptées et accessibles

Les projets d'accompagnement à la parentalité doivent être conçus de manière à être accessibles, inclusifs et non stigmatisant. Cela inclut la logistique, les horaires et les contenus.

- Créer un environnement accueillant et bienveillant

Il est crucial que les parents se sentent à l'aise dans l'environnement du projet. L'une des principales raisons pour lesquelles certains parents ne participent pas à des projets de parentalité est la crainte de jugement. L'approche doit être basée sur l'écoute active et l'empathie. Les parents doivent être perçus comme des partenaires à part entière dans le processus. Les inviter à partager leurs expériences, leurs préoccupations et leurs solutions renforce le sentiment de communauté et d'implication.

- Offrir des outils concrets et utiles

Les parents ont souvent des attentes précises concernant des solutions concrètes à leurs défis quotidiens. Il est important que les projets de parentalité offrent des outils et des stratégies qui puissent être utilisés directement dans la vie quotidienne. Les professionnels peuvent par exemple proposer des ressources pratiques : Des supports pédagogiques, des fiches pratiques, des ateliers de simulation ou des démonstrations concrètes qui apportent une réelle valeur ajoutée dans leur quotidien.

- Promouvoir le projet de manière ciblée

La manière dont le projet est présenté peut influencer la décision de participation. Il est important de bien communiquer sur l'existence du projet et de le rendre attractif.

- Communication claire et positive : Utiliser des canaux de communication adaptés pour chaque famille (affiches, flyers, réseaux sociaux, réunions d'information, etc.). Il est essentiel que l'annonce du projet soit claire, concise et explique les bénéfices concrets pour les familles.
- Insister sur l'aspect non culpabilisant : Beaucoup de parents peuvent percevoir la participation à des projets de parentalité comme une remise en question de leurs compétences parentales. Il est donc important de communiquer que ces projets sont là pour les soutenir, et non pour les juger.