

GRAPE INNOVATIONS



L'humain à part entière

VOTRE FORMATION

Comprendre et accompagner les pleurs du jeune enfant

Document pédagogique

LES PLEURS POUR LE DIRE

Le pleur est un moyen d'expression dont dispose le bébé, le jeune enfant pour signifier un besoin ou un manque.

Le pleur est un processus inné et universel. Chaque enfant est unique, ainsi chaque pleur est unique. Le pleur est un signal gradué qui permet à l'enfant de coder un niveau de détresse lié à un inconfort, du stress ou une douleur.

Le premier cri/pleur que le bébé pousse à la naissance est physiologique. Il indique que la respiration s'établit et correspond à l'expansion des poumons dans le thorax. Ensuite, les pleurs vont faire partie de ses moyens d'expression, de communication et de défense, aussi. Le pleur constitue un véritable « cordon acoustique » entre le bébé et son environnement. Les pleurs sont fréquents et présents de la naissance à 3 mois. Puis, ils diminuent face aux réponses adaptées de l'adulte et au fur et à mesure que son système émotionnel s'organise.

Le professionnel de la petite enfance, par la relation, privilégiée qu'il noue avec le bébé, est à même de décoder ces signes pour répondre au mieux aux besoins de celui-ci et défendre ses intérêts. Ainsi, si possible donner aux pleurs ses lettres de noblesse, à savoir celles d'un langage à part entière. Pour cela, il s'agit pour l'adulte d'aller vers l'enfant, le comprendre, l'accepter et l'accompagner.

L'ORIGINE DES PLEURS

Pour Freud, qui situe le monde du jeune enfant autour des idées de base du plaisir/déplaisir, les pleurs peuvent être autant provoqués par la non satisfaction d'un besoin que par de trop vives stimulations du monde extérieur.

Pour d'autres, les pleurs seraient l'expression de la détresse ou de la colère, avec des nuances apportées : mécontentement, gêne, peur.

Pour Winnicott, en parlant de l'enfant sa famille, repère plusieurs formes de pleurs : satisfaction, douleur, colère, chagrin. L'expression des pleurs évoluent selon l'âge de l'enfant. Pour exemple la colère et le chagrin surviennent plus tard lorsque l'enfant gagne en maturité émotionnelle.

En collectivité, un phénomène est à considérer. L'influence des pleurs d'un enfant sur un autre enfant ou sur le groupe peut avoir un effet de contamination. Les pleurs augmentent l'irritabilité des enfants, perturbent leur concentration sur une activité, augmentent leur fatigue ... et peuvent induire d'autres pleurs. Quant aux adultes, ce climat peut provoquer du désarroi, une perplexité et de la fatigue.

LES PLEURS : UNE EXPRESSION EMOTIONNELLE

Les pleurs permettent de restaurer une proximité rassurante ou encore de décharger des tensions émotionnelles. Le jeune enfant manifeste ses émotions sans filtre et brutalement parce qu'il ne sait pas quelle en est l'origine : il est totalement habité par son émotion. Les émotions font parties dès le départ du mode de communication préverbale et représentent d'abord des réflexes de survie.

Le bébé signale une demande de reconnaissance pour préserver son intégrité : les pleurs ne sont pas des caprices mais une revendication d'un besoin non pris en compte.

Les six émotions de base apparaissent au cours de la première année de vie : joie, tristesse, dégoût, peur, colère et surprise.

Quand l'enfant prend conscience qu'il est une personne à part entière, les émotions secondaires apparaissent (entre 15 et 24 mois). La compréhension de règles, de normes et d'objectifs à atteindre en cours de sa troisième année conduit à l'expérimentation de nouvelles émotions secondaires comme la culpabilité (quand il désobéit à une règle qu'il sait), de l'embarras et de la fierté (comme quand il arrive à tenir un équilibre à vélo après des efforts).

LA COMPREHENSION DES EMOTIONS : UN PROCESSUS VERTUEUX

Pendant sa première année, il commence à percevoir les émotions de son entourage même s'il ne les comprend pas encore. Vers 4 mois, il distingue certaines émotions, comme la joie et la tristesse.

Vers 1 an, il peut adapter son comportement à l'émotion qu'il observe chez ses parents. On le voit par exemple quand l'enfant apprend à marcher et qu'il tombe : s'il n'est pas blessé, il pleure plus ou moins selon la réaction de l'adulte.

À 3 ans, la plupart peuvent lire et reconnaître la joie, la tristesse, la peur et la colère sur les visages, mais ils font encore des erreurs et confondent certaines émotions comme la tristesse, la colère et la peur.

L'enfant devient de plus en plus rapide et précis dans la reconnaissance des expressions du visage. Grâce à son environnement, il affine cette habileté jusqu'à l'adolescence.

ECOUTER ET ACCOMPAGNER LES PLEURS

Le pleur est un appel suscitant une réponse adaptée et régulière. Il s'agit d'un langage à part entière.

Il est important de dire ou d'accueillir le pleur de l'enfant, d'une manière ou d'une autre, que l'adulte a entendu, considéré ce qu'il vit. Si l'adulte donne l'habitude aux enfants que leurs pleurs soient écoutés, cela facilite l'expression du jeune enfant et réduit le risque du pleur pour attirer l'attention de l'adulte.

L'EMPATHIE, UN OUTIL FONDAMENTAL

Il s'agit de prendre en compte le ressenti de l'autre, un point de vue propre qui lui appartient, des besoins spécifiques différents des nôtres. L'empathie est différente à ce titre de la sympathie. L'empathie amène à se mettre à la place de l'autre avec une juste distance qui permet de différencier ses ressentis des nôtres ou de ce que l'on aurait vécu à sa place dans cette situation. C'est vouloir vraiment comprendre ce que l'autre ressent, quelle est sa réalité et quels sont les besoins qui le motivent est une clé pour le développement de l'enfant.

Les interactions cohérentes, empathiques, positives et régulières sont fondamentales pour soutenir le développement émotionnel de l'enfant. Elles impliquent une posture professionnelle et des pratiques ajustées :

La disponibilité affective de l'adulte à la relation

- Le respect du vécu de l'enfant : il ne s'agit pas de nier celui-ci mais de l'accueillir (on oublie « mais non ce n'est pas grave », « oh tu exagères toujours »).

- La considération de l'enfant comme une personne au cerveau immature : il voit et ressent tout ce qui se passe autour de lui sans pour autant avoir les capacités de le traduire ; l'enfant perçoit mais ne peut pas analyser. L'adulte contient, transforme et verbalise les émotions de l'enfant et les siennes.
- La vigilance sur ses propres émotions, ses réponses automatiques : les enfants calent leurs émotions sur celle des adultes référents. Il est donc incontournable que l'adulte fasse connaissance avec ses propres émotions.
- Des temps de jeu et de plaisir partagé autour des émotions : échanger, s'amuser autour des émotions quand le climat est calme et serein, c'est offrir un espace ludique dans lequel l'enfant va pouvoir apprendre ce qui ne s'apprend pas... Les supports sont nombreux et à créer autour d'activités certes, mais aussi simplement en vivant pleinement le quotidien !

OBSERVER L'ENFANT, COMPRENDRE SES BESOINS

C'est l'observation de chaque enfant qui permet de comprendre les besoins et le mode d'expression propre à chacun. Ainsi, reconnaître les signes avant-coureurs. Par exemple, quand un enfant passe sa main sur son œil, s'apercevoir qu'il a sommeil avant donc qu'il ne pleure et au risque de nuire à son endormissement.

Au fur et à mesure, le professionnel et l'enfant vont apprendre à se connaître et se reconnaître : compréhension d'un pleur, réponse à un besoin. En fonction de la réponse au besoin du jeune enfant, les pleurs vont se modifier et s'exprimer peut-être différemment.

En crèche, quelques pistes pour connaître finement chaque enfant pour s'ajuster au mieux :

- Dans la journée ou sous forme de référence, un professionnel « porte » un petit nombre d'enfants : présence, disponibilité et observation. Le professionnel communique à ses collègues, ses observations, afin de partager la connaissance fine des enfants et assurer, à leur tour, la prise en charge de l'enfant.
- Au quotidien, en réunion de section, les professionnelles partagent les signes de pleurs, leur compréhension et la façon dont vous vous y prenez pour rassurer, consoler et accompagner.

CONSOLER L'ENFANT, POUR UNE CONTENANCE SECURE

Quand toutes les causes biologiques, physiologiques et symptomatiques médicales ont pu être vérifiées, alors l'adulte proposera une présence et une disponibilité à l'enfant, ainsi un espace contenant.

Il peut se présenter sous différentes formes :

- Permettre à l'enfant de pleurer à satiété
- Accompagner par une parole tendre, accompagnée d'un regard. Si le professionnel est occupé et dans l'incapacité de se rendre disponible durant quelques minutes, il est sécurisant, pour le bébé, de l'entendre lui parler, de lui dire qu'il est entendu et que l'on va s'occuper de lui.
- Se rapprocher de l'enfant ou positionner l'enfant de façon à ce qu'il voit le professionnel.
- Prendre l'enfant dans le bras, ou une écharpe.
- Caresser son visage, son front.
- Induire un espace calme et à distance de l'effervescence du groupe pour un retour à soi.

Cette proximité offre à l'enfant un espace sécurisé et agit sur la sécrétion d'ocytocine, hormone du bien-être, de l'attachement.

LES PLEURS PERSISTANTS

Face à des pleurs répétés qui peuvent mettre en difficulté des professionnels, l'échange et la réflexion en équipe sont indispensables.

Certaines situations nécessitent de porter une attention particulière, faire émerger une réflexion collégiale au profit de pistes d'accompagnement et d'ajustement à la prise en charge de l'enfant.

Quelques pistes :

- Se rapprocher des parents : partager les observations, les actions réalisées et leurs effets.
- L'utilisation d'un journal des pleurs pendant quelques jours pour objectiver un comportement.
- Partager une situation en équipe lors d'une séance d'analyse de la pratique

EN CONCLUSION

Les pleurs de la prime enfance sont le reflet d'une trajectoire développementale normale. Ils sont à entendre pas uniquement comme expression d'une douleur ou d'une souffrance mais comme un appel, un signal dont la principale fonction est de solliciter un soin et des interactions.