

Au secours ! Mon enfant est insupportable

Refus d'obéir, colères, impulsivité, agressivité : 2 à 6 % des jeunes enfants sont "difficiles à gérer".

Leur comportement trouble la vie familiale et/ou scolaire. Une recherche est en cours depuis dix ans.

"On peut aider ces enfants", assure Isabelle Roskam, psychologue (UCL).

Il y a un ou deux petits trublions par classe en maternelle

Maxime se cabre en hurlant quand on veut l'attacher dans son siège auto. Lola se roule par terre au rayon Surgelés parce qu'on lui interdit d'ouvrir le frigo. Victor mord sans raison ses copains de crèche. Vous avez l'impression qu'on parle de votre gamin? Normal. Il est courant d'observer des comportements d'opposition, d'agressivité ou de colère chez les jeunes enfants. En grandissant, la plupart trouvent des manières de plus en plus souples et variées d'exprimer leurs émotions et de faire face à la frustration.

Mille et une bêtises

Mais chez d'autres, ces comportements persistent au point de troubler la vie familiale et/ou scolaire. Des enfants épuisants au quotidien, qui courent partout, donnent des coups, désobéissent, provoquent, tapent du pied et font mille et une bêtises.

Mais pourquoi ces gosses sont-ils insupportables? Il n'existe pas une cause mais plusieurs facteurs d'explication: une relation difficile avec les parents; une maîtrise insuffisante du langage (l'enfant a du mal à s'expliquer, à négocier, à comprendre les consignes); la zone frontale du cerveau encore immature; des difficultés affectives...

Evaluation standardisée

Ces comportements problématiques concernent 2 à 6 % des jeunes enfants – soit 1 à 2 en moyenne dans chaque classe maternelle, indique Isabelle Roskam, docteur en psychologie, qui coordonne le programme "H2M Children" (Hard-to-manage, difficiles à gérer) de l'Institut de recherche en sciences psychologiques de l'UCL.

C'est le motif le plus fréquent de consultation psychologique pour les enfants de maternelle. "On s'est demandé comment faire pour aider les familles".

Une recherche a démarré en 2004. Près de 400 jeunes en-

fants (dont 130 avec des troubles du comportement) ont été suivis de l'âge de 3 ans à l'âge de 8 ans pour observer comment ils grandissaient. Ces enfants ont tous bénéficié d'une évaluation standardisée par une équipe multidisciplinaire tous les six mois pendant trois ans.

Et si on intervient ?

Pour certains, il y a juste eu une observation, sans prise en charge. Les conclusions de l'étude, présentées le 9 octobre aux parents, sont très claires: si on n'intervient pas, les troubles de comportement présents à 3 ans seront toujours là à 8 ans.

Et si on intervient? Le pro-

gramme "H2M" propose deux types de soutien. Un: auprès des parents. Les séances en groupe visent à améliorer la confiance en soi, à apprendre à parler des émotions avec l'enfant, à mieux communiquer avec lui. Deux: auprès des enfants. Il s'agit, par des jeux (de rôle), des histoires, de la musique... de les aider à comprendre leurs émotions et celles des autres; à reconnaître différentes manières de réagir et à contrôler leur comportement.

Résultats encourageants

Est-ce que ça marche? Dans le groupe des parents qui ont participé à l'étude, on constate que le comportement de leur enfant est meilleur depuis l'intervention et que cela se maintient. Idem dans le second groupe, où les enfants ont bénéficié des séances: les problèmes de comportement ont diminué. Et les effets sont les plus bénéfiques pour les enfants les plus impulsifs.

"Les résultats sont encourageants: on peut vraiment faire quelque chose pour aider ces enfants, constate Isabelle Roskam. Il ne faut pas hésiter à consulter. Plus la prise en charge se fait tôt, plus elle est efficace."

An.H.

→ <https://www.uclouvain.be/h2m-children.html>

Romain passe de “on” à “off” juste quand il dort

Rencontre **Annick Hovine**

Plusieurs photos sont aimantées sur le pêle-mêle. Comme dans toutes les familles. On y voit deux blondinets: Romain⁽¹⁾, 7 ans, et Victor⁽²⁾, 4 ans. Ils sont logiquement à l'école ce mercredi matin. La maison est calme. Quand les frères sont là, c'est autre chose: ça court, ça crie, ça se chamaille, ça jette tout par terre, ça casse, aussi. Comme dans toutes les familles. Enfin pas tout à fait. “Ne regardez pas les canapés: ils servent de tapis de gym. Ils n'arrêtent pas de sauter dedans. Chez les autres, cela ne se fait pas, ils le savent, mais ils ont besoin de se défouler”, explique Anne⁽³⁾, leur maman.

Surtout Romain. Un enfant difficile, comme on dit, qui a été intégré dans l'étude “H2M” (lire ci-contre).

Il mordait sans raison

“A la crèche, Romain mordait tous les copains. Pas pendant deux ou trois mois, comme cela arrive parfois, mais pendant plus d'un an. Ça ne s'arrêtait jamais...”, soupire Anne. Le soir, en récupérant son bébé, elle entend invariablement le même discours: la journée ne s'est pas bien passée. “Que pouvais-je faire? Il était tellement petit! On ne peut pas demander à un parent d'un enfant en crèche de régler le problème cinq heures après l'incident. Il avait déjà oublié. Il n'avait même pas accès à la parole!”

Romain mordait sans raison, comme s'il avait une boule d'énergie impossible à contrôler, continue la maman. Tout petit, il montrait déjà un caractère très fort. Il ne marchait pas encore mais se roulait par terre quand il n'était pas d'accord. Anne se souvient d'une scène précise quand le gamin rampait à quatre pattes. “Il se précipitait vers cette prise, deux doigts en avant, en me regardant droit dans les yeux. Je disais “non” en haussant la voix. Mais il me défait, comme s'il se sentait l'égal des adultes, et il fonçait. On se pose des questions quand un si petit bout a des attitudes pareilles.”

Difficile de ne pas culpabiliser

Quand Romain a 18 mois, les parents décident de voir un psychologue. Les consultations se suivent pendant un an. Sans résultats probants. Ils emmènent leur fils chez un kinésologue, sans plus de succès. Ils se demandent si Romain, qui parle vraiment très fort, n'a pas un problème d'audition. Le test ORL est parfait. “Il avait juste besoin de crier pour se faire entendre”, decode aujourd'hui la maman.

L'entrée à l'école maternelle se passe plutôt bien. Il ne mord plus. Mais dans le huis clos familial, c'est fanfare permanente. La naissance du petit frère n'aide pas: la maman est moins disponible. “Ça a maximisé sa frustration.”

Les parents s'interrogent forcément: “C'est difficile de ne pas culpabiliser pour l'une ou l'autre raison, de ne pas se dire que c'est à cause de soi”, dit Anne.

La maman ajoute: “Je ne voulais pas verser dans le travers que tout allait être difficile. C'est un atout d'avoir plein d'énergie, plein d'idées.

J'étais persuadée qu'il était difficile à gérer petit mais qu'il serait formidable quand il serait grand.”

N'empêche. Romain, inépuisable, est épuisant. Il passe de “on” à “off” juste quand il dort. “Quand on se retrouvait au restaurant, pour souffler, mon mari et moi, on ne parlait que de ça. Toutes nos conversations portaient là-dessus.”

Les parents dégustent. Anne relativise pourtant. “On n'avait pas de zone de repos mais cela restait entre nous. Quand votre enfant est infernal à l'école, le jugement des autres, l'étiquette et la pression sociale sont plus lourds à porter que son propre ressentiment à l'égard de l'enfant.” Les parents font la part des choses et ne réduisent pas Romain à “ça” – un enfant qui ne fait que des bêtises.

Mais il est arrivé qu'ils se sentent dépassés par les événements. “Il y a eu des moments où je me disais: je n'en peux plus.”

Intolérance très élevée à la frustration

Un enfant difficile parce que différent? A 2 ans, Romain faisait tous les puzzles de l'armoire de la crèche en un temps record – “Au moins, pendant ce temps-là, il ne mordait pas...” On a glissé le mot surdoué. “On m'a conseillé de le faire tester. Moi, je voulais le laisser vivre. Définir les personnes, ça les empêche de devenir. J'ai fait de la résistance”, poursuit la maman.

Elle se résout finalement à lui faire passer les tests à 4 ans. Romain est un enfant à haut potentiel. “Cela m'a été utile pour accepter sa différence et faire le deuil d'un enfant ordinaire.” Ce qui n'aide pas les parents à gérer leur garçon dans l'opposition permanente, “avec une intolérance très élevée à la frustration”.

Enrôlé dans l'étude

C'est précisément, à un de ces moments d'épuisement qu'Anne tombe, dans la salle d'attente du pédiatre, sur un “flyer” qui s'adresse aux parents de jeunes enfants difficiles à gérer. Elle remplit le formulaire en ligne et la réponse tombe: Romain, 5 ans et demi, est enrôlé dans l'étude “H2M”.

De mars à juin, il brosse, deux fois par semaine, sa classe de 3^e maternelle pour participer à des séances de formation de quarante-cinq minutes. “Il se sentait valorisé. Il disait: moi aussi, je vais à l'unif. Il n'aimait pas l'école où il épuisait son institutrice en essayant d'attirer l'attention sur lui. Là, cela se passait en petit groupe, avec deux adultes pour trois enfants.”

Quels ont été les résultats de cette intervention? “Il n'était évidemment pas parfait en sortant, mais cela a beaucoup aidé”, souligne Anne. Aujourd'hui, les choses sont beaucoup plus sereines. Les parents en ont ressenti des effets positifs. “Après l'étude, je n'ai plus jamais eu ce sentiment que j'étais dépassée, que je n'en pouvais plus”, indique Anne.

“On n'avait pas de zone de repos mais ça restait entre nous. Quand votre enfant est infernal à l'école, le jugement des autres est lourd à porter.”

ANNE

La maman de Romain.