

Gérer les troubles du comportement dès la maternelle

ENSEIGNEMENT L'ASBL Inemo interviendra gratuitement dans les écoles dès septembre prochain

Gosses épuisants, parents dépassés, enseignants démunis... Les problèmes de comportement inadéquats n'attendent pas le nombre des années. Dès 3-4 ans, certains enfants sont capables de se transformer en « petits monstres » pour leur entourage. Troubles de l'attention ? Hyperactivité ? Les professionnels résumant l'affaire autour du sigle « TDAH ». Le problème, « c'est qu'à cet âge, ils sont trop jeunes pour être diagnostiqués comme tels par les services spécialisés, il faut attendre 6 ou 7 ans », explique Marina Houssa, docteure en psychologie. *Les services psychosociaux n'en sont pas moins envahis de plaintes de parents, parfois même pour des petits de 2 ans ».*

Les symptômes sont connus : enfant agité, impulsif, déboussant, provocateur, émotionnellement instable... A l'UCL, Marina Houssa et Alexandra Volckaert ont consacré leur thèse de doctorat à ces enfants. « *Les troubles du comportement sont déjà présents chez un nombre non négligeable d'enfants d'âge préscolaire, et pour certains à des degrés modérés à sévères* », expliquent-elles. Soit, en moyenne, un à deux élèves par classe de maternelle. Ils laissent leur entourage inquiet et seraient, selon les chercheuses, à l'origine de cas de burn out chez les enseignants. Sans compter qu'ils perturbent le bon déroulement des

apprentissages scolaires.

Les bases d'une scolarité sereine

« *Les maternelles coulent les bases d'une scolarité sereine et c'est donc dès ce moment qu'il est important d'agir* », expliquent les chercheuses aujourd'hui associées dans l'ASBL Inemo (lire ci-contre). Au terme de plusieurs années de travail avec des centaines d'enfants, elles

sont parvenues à isoler deux grandes séries de causes : d'une part des problèmes de contrôle des émotions, d'autre part des difficultés à gérer l'impulsivité. Partant, elles ont mis au point une méthode d'intervention en classe : « *L'organisation en groupes facilite l'interaction sur leur vécu émotionnel. Les petits prennent alors conscience qu'il existe plusieurs points de vue ou perspectives. C'est également la configuration qui se rapproche le plus du quotidien de l'enfant.* »

A partir de jeux, de jeux de société, de dessins animés, de livres..., les intervenants s'assurent que les enfants sont capables de reconnaître les quatre émotions de base : colère, tristesse, joie et peur. « *Nous mettons des mots sur ces émotions, nous leur apprenons à les reconnaître ou à les mimer devant un miroir. Un dessin animé, par exemple, permet souvent de faire prendre conscience de la cause d'une émotion et de sa consé-*

quence, puis de questionner sur la meilleure attitude à adopter. Certains enfants reconnaissent leurs propres émotions mais pas toujours celles des autres... ou l'inverse. »

Pour la gestion de l'impulsivité, le travail passe entre autres par la métacognition : « *On présente des petits personnages aux enfants, qui doivent les "accompagner" dans les apprentissages. Par exemple, le pictogramme du gendarme apprend à l'enfant à dire "Stop, je réfléchis et puis j'agis". Au fur et à mesure des séances, on observe les enfants qui intègrent de plus en plus souvent cette astuce. L'enfant apprend donc progressivement à contrôler son comportement.* »

En fait, pour faire face à des problèmes compliqués, « *nous amenons des réponses simples, mais à travers des jeux de plus en plus sophistiqués. Ils apprennent ensemble à choisir la meilleure réponse. Notre méthode n'est pas une baguette magique, mais nos travaux montrent qu'en quelques séances, on peut améliorer les compétences sociales et émotionnelles ainsi que la gestion de l'impulsivité. Nous avons une certitude : sans intervention, les situations vont en s'aggravant.* » Il faut donc agir précocement – c'est ce que fera l'ASBL Inemo dès septembre. ■

ERIC BURGRAFF

LA MÉTHODE

Intervenir dans les classes

Marina Houssa et Alexandra Volckaert ont décidé de mettre le fruit de leur recherche au service du monde scolaire via l'ASBL Inemo (INhibition et EMOTION). Elles se tiennent à la disposition des écoles qui en feront la demande pour une vingtaine de séances en groupe autour de la gestion des émotions et l'impulsivité.

L'idée est de faire des petits : les outils (jeux, figurines...) resteront en classe pour que l'enseignant puisse prolonger le travail l'année suivante. « *En améliorant les compétences émotionnelles, les enfants auront de meilleures compétences sociales, ce qui a une influence positive sur la réussite scolaire et l'insertion sociale. Inemo s'inscrit donc dans la lignée du Pacte d'excellence, comme un processus de qualité pour l'avenir* », argumentent les chercheuses.

Un processus qui a un coût : si l'ASBL se propose d'intervenir gratuitement, elle cherche encore quelques mécènes. Détails sur www.inemo.be

E.B.