

Mon enfant me frappe

Par Sylvie Bourcier
Intervenante en petite enfance

Naïma, trois ans, frappe sa mère au visage. Déstabilisée, sa mère se demande ce qui lui vaut un tel traitement, alors qu'elle se dévoue totalement à sa fille, ne lui refusant rien, la couvrant de tendresse. Le père de Thomas s'inquiète lui aussi des gestes agressifs de son fils à son égard, lorsqu'il lui impose une limite. Il se demande s'il doit sévir : Thomas n'a que deux ans et ses coups de pied ne lui font pas mal.

Lorsque Naïma repousse vigoureusement sa maman, elle exprime son besoin de s'individualiser. Les câlins de sa mère l'exaspèrent : coincée dans ses bras, elle ne peut jouer et explorer son environnement de façon autonome. Elle cherche à se dégager de ce lien étouffant.

Pourquoi ils s'en prennent à vous

Les tout-petits, lorsqu'ils sont frustrés par une limite, réagissent d'abord physiquement, en frappant et en hurlant. Durant la petite enfance, ils apprennent peu à peu à se contrôler. Bien que leur déception soit légitime, il est important qu'ils apprennent à canaliser leur colère. **En aucun cas, un geste violent envers vous ne devrait être banalisé.** Vous représentez la source première de sécurité physique et psychologique de vos enfants. Il est donc important de ne pas vous laisser atteindre ou «détruire», afin de continuer à leur assurer un environnement sécuritaire.

Vos petits rebelles testent vos limites et s'imaginent que, s'ils ripostent, vous céderez à leurs caprices. Il faut donc réagir rapidement, tant pour les encourager lorsqu'ils expriment verbalement leur frustration, que lorsqu'il s'agit de les réprimander.

L'apprentissage du respect des autres doit débuter au sein de la famille. C'est en respectant d'abord leurs parents que vos enfants apprendront à reconnaître les droits des autres, même si cela les oblige parfois à faire passer en second leurs propres désirs.

Réagir promptement

Vous aurez avantage à renoncer à l'idée de la relation parfaite, harmonieuse et exempte de conflit, afin de mieux répondre aux besoins de structure de vos enfants. C'est en leur imposant des limites que vous les sécuriserez.

Si l'un de vos enfants vous frappe :

1. Exprimer fermement et calmement votre désaccord ;
2. Imposer un temps d'arrêt. Ces courts instants vous permettent de vous calmer et d'être, par la suite, disponible pour revenir sur ce qui s'est passé ;
3. Reconnaître ce que votre enfant a ressenti et lui dire ce que vous avez ressenti. Proposer un autre modèle d'expression : «Je pense que tu étais fâché parce que..., mais je n'accepte pas que tu me frappes. Tu peux me dire ce que tu veux...» ;
4. Féliciter vos enfants lorsqu'ils savent se maîtriser et expriment verbalement leur colère ou leur besoin.

La famille est le premier champ de pratique des habiletés sociales essentielles aux relations futures de vos enfants. C'est aussi grâce à votre encadrement parental que vos enfants apprendront peu à peu à devenir plus autonomes.

À RETENIR

- Imposer des limites à vos enfants les sécurise.
- Le respect d'autrui s'apprend d'abord au sein de la famille.
- Ne pas tolérer de geste violent à votre égard.
- Apprendre à vos tout-petits à exprimer verbalement leur déception.

Ressources

Pour enfants :

Quand je suis en colère, T. Moroney, Éditions Caractère, 2008, 12 p.

Pour parents :

L'agressivité chez l'enfant de 0 à 5 ans, S. Bourcier, Les Éditions du CHU Sainte-Justine, 2008, 224 p.

Mon enfant s'entend bien avec les autres. Comment aider son enfant à être socialement épanoui et bien dans sa peau, J. Cooper, Éditions Marabout, 2007, 218 p.