

Le besoin d'attention

20 août 2018



Pour l'enfant, le besoin d'avoir l'attention de ses parents est essentiel. Lorsque ce besoin n'est pas comblé de façon agréable, il se comportera d'une façon désagréable, s'il le faut, pour le satisfaire.

Répondre au besoin d'attention

Lors d'une participation au Salon Maternité, Paternité, Enfants il y a quelques années, plusieurs parents s'arrêtaient pour visionner des séquences de mon DVD et poser des questions. Je leur suggérais durant leur séjour au Salon de s'arrêter toutes les 10 minutes pour donner une attention agréable à leur enfant, peu importe l'âge. Je leur proposais, même avec un bébé de six mois, de le regarder dans les yeux, en souriant et dire « *Comme tu es fin mon petit bébé de me laisser promener et regarder toutes ces choses sans rien dire. Merci d'être si calme et collaborateur. Comme je suis chanceuse d'être la maman d'un enfant comme toi* ». Cet enfant n'a pas compris un mot de ce que vous dites, mais il a eu votre attention, votre sourire, votre visage aimant et accueillant, vos mots doux et cela l'a comblé pour un moment. Vous lui avez donné une attention agréable et avez comblé son besoin d'attention. L'enfant qui recherche votre attention par une crise ou un comportement désagréable, c'est qu'il en manque. Plusieurs parents sont revenus me dire que c'était magique. Ce n'est pas magique, c'est la simple logique. Donnons-leur ce dont ils ont besoin, d'une façon agréable avant qu'ils ne le réclament de façon désagréable.

Quand un comportement désagréable devient payant...

Quant à ne rien avoir aussi bien pour lui de revendiquer avec emportement et hargne. Lorsqu'un comportement désagréable se répète chez un enfant, c'est qu'il gagne quelque chose en l'adoptant et le plus souvent, c'est de notre attention. A-t-on déjà vu un enfant faire une crise sans spectateur?

L'attention négative est recherchée lorsqu'il y a un manque de reconnaissance, un manque de valorisation pour ce que l'enfant est de bien et fait de bien. Une propension à attirer l'attention est un signe flagrant d'une carence.

L'attention positive est l'attention gratuite que je donne à mon enfant. Un sourire, un câlin, une surprise... juste parce que je l'aime et pour qui il est. Reconnaître et valoriser ses bonnes actions et ses comportements exemplaires, voilà bien le chemin pour permettre à l'enfant d'adopter une attitude agréable pour son entourage et de satisfaire le grand besoin de reconnaissance. L'enfant qui se sent important, qui reçoit de l'attention positive de ses éducateurs acceptera mieux d'être dirigé et aura le goût de leur faire plaisir parce qu'il se sent aimé. En rétroaction, il accordera à son tour de l'importance aux demandes des éducateurs et des parents et les comportements désagréables disparaîtront en majorité d'eux-mêmes. Je vous propose de visualiser les deux plateaux d'une balance avec d'un côté l'encouragement et l'attention et de l'autre la punition et les remontrances. Voyez-vous de quel côté le plateau s'incline?

Le positif est toujours récompensé



Plus nous donnons d'attention aux comportements désirables d'un enfant et mieux il se comporte. Si le parent félicite l'enfant chaque fois qu'il adopte un comportement positif, si ses efforts pour partager, coopérer, être pacifique sont valorisés, cela l'incitera à continuer. Désirez-vous passer plus de temps à gérer des comportements positifs ou des comportements négatifs? Si vous voulez gérer les positifs, renforcez-les à chaque occasion et vous en augmenterez la fréquence. Surtout, ne manquez pas de leur communiquer votre fierté et votre appréciation. Si vous êtes souvent en train de punir, se pourrait-il que le positif chez votre enfant ne soit pas suffisamment valorisé? Je suis profondément triste chaque fois que je vois un enfant se comporter de façon désagréable pour qu'on s'occupe de lui, puisque je sais que l'essentiel lui manque. Inversez le processus en répondant adéquatement à son besoin, et vous verrez une bonification dans son développement.

Expérience vécue

Certains parents, refusant de croire que leur enfant vit des difficultés en garderie, me demandent d'aller l'observer dans ce milieu et de leur faire un compte-rendu. Ma dernière supervision s'est déroulée dans un groupe d'enfants de 2 et 3 ans. Ils étaient en ligne pour aller à la toilette et lorsqu'ils avaient fini, ils devaient s'asseoir dans le corridor en attendant que tous aient terminé. Êtes-vous déjà allés à la toilette avec huit enfants de 2-3 ans? C'est très long.

Pour un enfant de cet âge, les minutes sont comme des heures. Lorsque le 4e se fut assis, le premier partit à courir dans le corridor. Le 2e et le 3e l'imitèrent. Je me dis alors que c'était le moment de mettre en pratique ce que je proposais, c'est-à-dire, voir le beau et le bon chez ces enfants. Je dis à Léo demeuré assis « *Comme j'aimerais ça être l'éducatrice d'un enfant qui écoute les consignes comme toi.* » Et je dis ça suffisamment fort pour que ceux qui sont partis m'entendent. Comme par magie, les voilà tous assis. Je les regarde et je cherche autre chose. « *Comme vous avez un beau sourire! On dirait des soleils.* » Leur sourire vient de s'élargir du double. Je me dis « *Trouve autre chose.* » « *Wow que vos dents sont blanches. Combien de fois par jour brosse-tu ces belles dents-là?* » Ils me montrent avec leurs doigts, le nombre de fois. Le reste du temps que je suis avec eux, ils sont collés à moi et ne me lâchent plus. « *Quand allez-vous revenir Madame Brigitte?* », « *Pourquoi vous n'êtes pas éducatrice?* », « *Avez-vous des enfants?* ».

J'aurais pu tous les embarquer dans mon auto et ils auraient été contents. J'étais touchée par leur réaction à ma reconnaissance. J'étais pour eux une parfaite inconnue, mais parce que je reconnaissais le beau en eux, ils étaient prêts à me suivre. De si petits enfants avec de si grands besoins. Et la magie d'obtenir leur collaboration en si peu de temps.

Brigitte Racine

Infirmière, psychothérapeute et auteure

Brigitte Racine est infirmière, thérapeute familiale, diplômée de l'Université Laval, du Centre de relation d'aide de Montréal et de l'Institut William Glasser de Californie. Elle offre des conférences, formations,



ateliers et consultations individuelles. Pour connaître la liste de ses prochaines conférences ou pour visionner des extraits de son DVD « La discipline...un jeu d'enfants », visitez son **site internet**. Ses deux DVD - La discipline...un jeu d'enfants Quand discipline rime avec estime - sont disponibles en librairie au coût de 49,99 \$ chacun. ****, 514.392.4755. La discipline, un jeu d'enfant Brigitte Racine Éditions CHU Ste-Justine, 2008 ISBN : 9782896191192 14,95 \$