



Aide-moi à te parler!

La communication parent-enfant



## La communication parent-enfant

L'enfant peut communiquer de différentes manières, et la communication verbale n'est pas la seule voie offerte. Les structures et les nuances du langage verbal sont difficiles à maîtriser. En outre, les enfants ont un grand besoin d'intimité, ils ont leurs secrets et leurs mystères que les mots ne réussissent jamais à exprimer complètement.

Les enfants tentent donc de nous faire comprendre ce qu'ils ressentent et ce qu'ils désirent par des mimiques, des pleurs, des provocations, de l'obstination ou de l'opposition. Il faut apprendre à décoder ce langage, qui semble parfois obscur, mais qui, de manière générale, est d'une clarté et d'une simplicité étonnante.

Pour chaque enfant, il y a une voie par laquelle la lumière peut jaillir. Pour chacun, il y a une façon de communiquer, avec ou sans langage verbal, même pour ceux qui sont atteints d'autisme ou qui sont dans les pires souffrances. Pour se faire comprendre, chacun doit expérimenter, trouver sa voie et la protéger.

Moins il y a de communication de qualité entre des personnes et, à plus forte raison, entre un adulte et un enfant ou un parent et un enfant, plus le risque de dérapage est grand, pour l'un et pour l'autre.

L'appartenance à un être cher donne du sens à la vie. Chez tous les enfants, c'est une condition essentielle pour avoir une vie harmonieuse. Après l'accueil, il y a la compréhension, pour mieux s'estimer et s'aimer.

Quand les enfants se sentent appréciés et en confiance, ils expriment tout, avec ou sans mots, et avec beaucoup de clarté.

L'attachement, c'est ce qui crée l'amour et qui assure la sécurité. Un enfant qui se sent aimé et en sécurité peut affronter bien des revers et amorcer des changements qui vont illuminer sa vie.

Pour sourire, il faut être bien et vouloir plaire.  
Pour marcher, il faut se sentir en sécurité et vouloir explorer.  
Pour parler, il faut se sentir écouté et vouloir communiquer.  
Pour vivre, il faut se sentir utile et vouloir respirer.

Une communication saine et bidirectionnelle, respectueuse et attentive aux besoins et aux sentiments des deux parties est primordiale. Les gens qui communiquent doivent se sentir bien afin de ne pas créer de barrière dans l'échange de communication.

Chez un enfant, il y a de nombreux moments qui exigent une présence et une communication claire pour apprécier, rassurer et autoriser la progression du développement. Par exemple : premier mot, premiers pas = oui, bravo, tu peux maintenant marcher, grimper, courir, puis faire ton chemin dans la vie.



Une communication saine et appropriée peut apaiser au point d'éviter des troubles majeurs dans le développement de l'enfant. Parfois, il suffit d'une petite parole ou d'un petit geste pour redonner le sourire à l'enfant souffrant ou déçu et pour le remettre en piste. La force des liens de communication entre l'adulte et l'enfant est immense.

Parmi les grands événements susceptibles de bloquer le développement de l'enfant, il y a les deuils, les maladies, les pertes, les séparations, les rejets, les abandons et les exclusions. Ces événements surviennent à des moments inattendus et l'enfant ne doit pas être seul pour les affronter. Plus que jamais, la disponibilité, la générosité et la qualité des liens sont nécessaires pour que l'enfant n'en garde pas de séquelles. On parle ici d'une communication faite de présence, d'empathie et de renforcement. Les mots ne sont même pas nécessaires. Il faut rassurer l'enfant, l'accompagner et faire appel à son courage afin qu'il affronte les difficultés et qu'il poursuive sa vie.

## Des valeurs fortes

Les valeurs de base sont à l'enfant ce que les fondations sont à toute construction. Plus ces valeurs sont de qualité et sont élaborées avec amour et passion, plus elles durent et influencent l'ensemble d'une vie.

On peut considérer les valeurs comme l'ossature qui soutient l'enfant à chaque étape de sa vie. Ce sont elles qui donnent la couleur au cheminement, qui cimentent l'estime de soi et assurent l'équilibre d'une personne. À chaque phase du développement, l'enfant s'en sert comme des balises. Il peut toujours s'y référer. Sans elles, le chemin est mal tracé et l'enfant risque de se perdre.

Voici les principales valeurs d'une société qui doivent nécessairement être transmises aux enfants : la collaboration, la contribution personnelle et la réalisation de soi et de sa collectivité. Ces valeurs se transmettent par une communication franche et claire entre les gens. Elles permettent que s'organise un monde où tous, et particulièrement les enfants, sont fiers et motivés.

Enfin, l'amour sans condition est nécessaire pour avoir une communication forte et structurante entre un adulte et un enfant. Pour transmettre des valeurs, pour se comprendre dans des moments difficiles, pour bien jouer son rôle, pour être disponible et généreux et pour bien s'approprier, le dénominateur commun, c'est l'amour. Sans cette valeur, toute communication est faussée.

Un parent doit jouer son rôle de parent jusqu'au bout. Ce n'est pas un ami, quoiqu'il en partage certains traits, et ce n'est pas non plus un confident, même si, à l'occasion de certains échanges, il reçoit ou fait des confidences. Un parent est un guide, un agent de filiation et probablement le meilleur conseiller de toute une vie. C'est la personne clé, celle à qui l'on se réfère, celle qui donne la confiance, les habiletés de base et, surtout, celle qui offre l'amour de façon gratuite et pour toujours.

## Les séparations entre parent et enfant

Le parent doit développer la capacité de se distancer de son propre enfant, sans se sentir coupable et sans avoir l'impression de perdre quelque chose. L'enfant doit avoir acquis la capacité de se séparer en toute sécurité afin de poursuivre son développement.

La première séparation significative qui se produit à deux, trois ou quatre ans suppose une maturité dans la relation et la communication entre le parent et l'enfant. Les explications à donner, relativement à cette séparation, doivent donc être claires; de plus, la communication relative à ce premier pas vers l'autonomie personnelle et à l'ouverture sur un nouveau monde doit être de qualité et constructive. Afin de se détacher sainement, il faut se comprendre et s'aimer.

Quand l'enfant refuse de se séparer, c'est que le monde de communication qui s'est installé entre lui et son parent a été faussé par des incompréhensions, des blessures et des insécurités. Les liens tissés sont biaisés, le doute s'est installé dans la relation et les sentiments conjoints sont tissés d'incertitude. Quand le parent est incapable de soutenir ces premières séparations, il a en général déformé ses propres besoins et s'est approprié l'enfant pour les combler. Il ne peut donc plus s'en séparer.

Plusieurs enfants vivent des moments difficiles quand ils entrent à la garderie ou à l'école. Ces difficultés sont courantes et habituellement passagères. Le parent peut grandement faciliter ce passage nécessaire si les liens sont empreints de sécurité et que la communication est bien installée.



## La vie scolaire

L'entrée à l'école constitue pour l'enfant le vrai contact avec le monde extérieur; s'ensuit toute une série de manifestations d'autonomie. C'est le temps de l'affirmation de soi, des apprentissages spécifiques, des règles et des devoirs; c'est le temps de communiquer de personne à personne d'une façon nouvelle, en faisant preuve de maturité et du sens des responsabilités. Tous les apprentissages de la communication entre parent et enfant servent dorénavant à découvrir le monde.

L'enfant est maintenant imputable de ses actes, il a besoin d'être guidé et orienté pour que ses outils de communication soient pleinement fonctionnels.

L'enfant ne communique plus seulement pour exprimer ses besoins; il le fait aussi pour se faire comprendre, pour discuter, pour exprimer ses idées et pour se lier d'amitié. L'intégrité de sa personne, l'estime de soi, sa motivation à apprendre et à socialiser, de même que son désir de se développer, voilà les fondements intégrés par l'enfant lors de l'apprentissage de la communication avec le parent. Ce sont là des outils essentiels, qui serviront toute une vie.

## Il faut contribuer à l'épanouissement

En tant que parent, il faut fournir à l'enfant la force et les moyens d'être une personne unique et autonome, qui vole de ses propres ailes. Il faut aussi l'autoriser à grandir et à se dépasser pour améliorer et perpétuer la condition humaine. C'est un complet abandon pour son bien.

Apprendre à communiquer, savoir communiquer, montrer à communiquer et à utiliser la communication, voilà qui est essentiel pour assurer l'épanouissement d'une personne et de l'enfant en particulier. Pourquoi s'en passer?

Source : Gilles JULIEN. *Aide-moi à te parler! La communication parent-enfant*, Éditions de l'Hôpital Sainte-Justine.