

# Pourquoi « comprendre » est si important

Un texte de Dr.  
Deborah MacNamara



## Un éditorial tiré du livre : Jouer Grandir S'épanouir

<https://editionsaucarre.com/produit/jouer-grandir-sepanouir/>

Il y a plusieurs années, j'étais invitée à prendre la parole devant un groupe de nouveaux parents au sujet des jeunes enfants et de l'attachement. La salle du centre communautaire était remplie à craquer avec des mères allaitant leurs bébés ou les berçant pour les endormir ou encore changeant leur couche. Sièges d'auto, poussettes et sacs à couches s'empilaient les uns sur les autres, tous avec des couvertures qui s'en échappaient. La coordonnatrice du groupe de soutien hebdomadaire, Meredith, a invité les parents à prendre place sur les chaises aménagées en cercle. Elle commença la session en leur souhaitant chaleureusement la bienvenue et en s'informant auprès de chacun à savoir comment le quotidien se déroulait avec bébé. Certains parents répondirent qu'ils commençaient à sortir de la maison, quelques-uns dirent qu'ils arrivaient maintenant à prendre une douche et d'autres partagèrent que l'allaitement se passait de mieux en mieux. Une mère à l'air fatigué prit la parole et dit : « Mon bébé pleure chaque fois que je la dépose. Je l'allaiterai jusqu'à ce qu'elle s'endorme, mais aussitôt que je la dépose dans sa couchette, elle se réveille. Je suis épuisée. » Il y eut des soupirs et des signes d'acquiescement pendant que Meredith répondait : « Oui, c'est difficile. Tout ce que vous voulez, c'est un peu de repos, mais c'est comme si elle avait toujours besoin de vous. » Encore plus de hochements de tête se manifestèrent tandis que Meredith prit une pause avant

de poursuivre : « J'imagine que c'est difficile aussi pour votre bébé. Elle passe de la chaleur et de la sécurité d'être en vous 24 heures sur 24 où elle était rassurée par les battements de votre cœur, à ne plus jamais être capable de ressentir à nouveau cette proximité rassurante. » Pendant un instant, la pièce devint silencieuse et je me suis rappelé mes premiers jours en tant que mère. Je me suis mise à fortement ressentir la fatigue, l'épuisement et l'appréhension des parents présents.

Puis, Meredith me souhaita officiellement la bienvenue au sein du groupe et me présenta comme quelqu'un qu'elle avait convié spécialement pour aborder le sujet de l'attachement. Elle attira l'attention des mères sur l'importance de la relation humaine et expliqua que ce processus d'attachement était déjà en cours entre elles et leurs bébés. Elle m'avait déjà avertie qu'en raison de leur capacité d'attention limitée, je n'aurais que 15 minutes pour transmettre mon message. Je regardai les visages tirés et distraits des mères pendant que j'expliquais à quoi ressemble un bon lien d'attachement et de quelle façon il est utile au développement de l'enfant. Les mères étaient pensives et attentives, essayant d'absorber ce qu'elles pouvaient tout en étant concentrées sur les besoins de leurs bébés.

Après 15 minutes, j'arrêtai et je demandai s'il y avait des questions. Une mère avec un bébé collé tout contre elle me regarda et demanda : « Que devrais-je faire pour le discipliner ? » Je fus étonnée – qu'est-ce que son bébé avait bien pu faire pour devoir être discipliné ? J'imagine que mon visage avait trahi ma surprise parce qu'elle ajouta rapidement : « Ce que je voulais dire, c'est comment devrais-je le discipliner quand il sera plus vieux ? » En vérité, sa question n'était pas différente de plusieurs interrogations que j'avais moi-même eues en tant que nouvelle maman, ou que celles que j'entendais régulièrement de la part de nouveaux parents. Les questions commencent généralement toutes de la même façon : « Qu'est-ce que je devrais faire quand mon enfant fait \_\_\_\_\_ ? », « Qu'est-ce que je devrais faire quand mon enfant n'écoute pas ? », « Qu'est-ce que je devrais faire quand mon enfant ne veut pas aller dormir ? », « Qu'est-ce que je devrais faire quand il frappe son frère ou sa sœur ? » Pourtant, comme je contemplais cette pièce pleine de vies nouvelles, j'ai été déstabilisée par la question. Il y avait une question plus importante que je souhaitais me faire poser. Je voulais que cette mère me questionne au sujet des secrets qui permettent la croissance en déverrouillant le potentiel humain. Je souhaitais partager avec elle

les merveilles du développement et le rôle qu'elle pouvait y jouer, devait y jouer. On ne pouvait répondre à sa question au sujet de la discipline qu'en étant conscient du jeune âge auquel l'enfant se développe et s'épanouit. J'aurais voulu prendre du recul et me concentrer sur ce qu'elle pourrait faire pour créer les conditions propices à un sain développement plutôt que de me concentrer sur les gestes disciplinaires à poser. Je voulais insister sur la maturité comme ultime réponse à l'immatunité et lui dire à quel point être parent est synonyme de patience, de temps et de bons soins.

Le message que je voulais transmettre n'en est pas un, de façon générale, que les nouveaux parents cherchent à entendre. Je voulais leur révéler que le secret pour élever un enfant, ce n'est pas d'avoir toutes les réponses, mais bien plutôt d'être la réponse de l'enfant. J'aurais voulu partager avec ces mères que le fait d'être parent n'est pas une notion que vous pouvez acquérir dans des livres, bien que les livres peuvent aider lorsque vous essayez de trouver du sens au comportement d'un enfant. Je voulais leur exprimer que d'être parent n'est pas non plus quelque chose que vous apprenez de vos propres parents, même si les bons parents sont de merveilleux modèles. J'aurais souhaité leur rappeler que prendre soin d'un enfant n'a ni genre, ni âge, ni ethnicité. Les assurer du fait que leur sens des responsabilités, l'impression de culpabilité, leur sens du danger et leur façon de prendre soin du bébé sont les fondements instinctifs et émotionnels liés au fait de devenir le parent dont leur enfant a besoin. Je voulais vraiment leur expliquer que tout enfant a besoin d'un endroit où se reposer, pour qu'il puisse jouer et grandir. Cela ne nécessite pas qu'un parent soit parfait ou sache quoi faire en tout temps. Ce que cela nécessite, c'est le désir d'être, en tout temps et en toute chose, le meilleur atout de leur enfant et de travailler à créer les conditions optimales pour abriter leur développement.