

L'AGRESSIVITE DE L'ENFANT

Un enfant agressif peut l'être parce qu'il se sent rejeté, en manque d'attention. L'arrivée d'un bébé dans la famille, par exemple, peut être source d'angoisse et de frustration. Considérer qu'un autre membre de la fratrie est plus aimé que lui. Il peut dès lors développer de la colère et adopter un comportement qui attirera l'attention sur lui.

Comment réagir face à l'agressivité persistante de mon enfant ?

Durant les premières années de sa vie, votre enfant découvre que le monde ne lui appartient pas, qu'il ne peut le régenter à sa guise et qu'il doit se plier à des règles qu'il n'a pas choisies, qu'il ne comprend pas toujours et qu'il estime injustes. (*Jusqu'à 3 ans, il exprime sa frustration en développant certaines formes d'agressivité*)

Après 3 ans, l'agressivité diminue peu à peu. Si elle persiste, voire, se transforme en violence, il est important d'en comprendre les causes pour aider l'enfant à maîtriser ses émotions.

L'évolution de l'agressivité

L'agressivité chez les enfants de moins de 2 ans s'exprime par des coups. L'enfant n'est pas encore en âge d'utiliser la parole pour exprimer ses désirs et ses sentiments. On parle plutôt d'impulsions, «je veux, je prends».

Vers 2 ans, la période redoutée du «non» s'installe. Votre enfant affirme son autonomie et répond systématiquement «non» lorsqu'il est en colère ou frustré.

Passé 3 ans, l'agressivité physique diminue car l'enfant comprend le pouvoir des mots. Il développe une agressivité plus verbale, il se rend compte qu'il peut négocier, menacer et arriver à ses fins par la parole.

Si après 3 ans, votre enfant continue d'être agressif, voire violent vis-à-vis de vous, de ses camarades, mais aussi vis-à-vis de lui-même, c'est peut-être le signe d'une souffrance dont il faut trouver la cause. Comprendre les raisons de son agressivité vous permettra d'adapter votre conduite et d'aider votre enfant.

Les causes de l'agressivité

Un enfant agressif peut l'être parce qu'il se sent rejeté, en manque d'attention. L'arrivée d'un bébé dans la famille, par exemple, peut être source d'angoisse et de frustration. Il peut dès lors développer de la colère et adopter un comportement qui attirera l'attention sur lui.

De même, si votre enfant manque de confiance en lui, sa défense peut devenir l'attaque.

Le fait d'évoluer dans un environnement familial conflictuel, une ambiance tendue, des relations difficiles avec ses frères et sœurs peuvent devenir pour lui des signes que l'agressivité est une composante habituelle de la vie.

Il peut aussi avoir compris que les adultes cèdent lorsqu'il devient agressif, cela le conforte dans son comportement.

Il peut s'agir aussi d'enfants maltraités, en danger car ignorés (après une rupture, un divorce, une maladie, une dépression parentale...) en échec scolaire, ou encore face à des parents défaillants ou incapables d'expliquer les règles de vie les plus simples.

La violence peut être aussi une manière d'exprimer son existence, son identité.

Votre enfant exprime son désaccord par de la violence, comment réagir ?

Lorsque votre enfant est agressif, faites-lui comprendre clairement et fermement... mais calmement, que vous n'êtes pas d'accord, que son comportement n'est pas bon. Expliquez-lui l'importance des règles indispensables à toute vie en communauté, montrez-lui qu'elles s'appliquent à tous, y compris à vous, ses parents.

Votre enfant s'identifie aux adultes qui lui sont proches. Adoptez vous-même un comportement pondéré et serein en cas de désaccord avec lui ou avec une autre personne. Il constatera ainsi que l'agressivité n'est pas la seule réponse à un conflit.

Pour l'aider à prendre conscience de son comportement inadapté, placez-le en situation avec des jeux de rôle. Se mettre successivement dans la peau de chaque personnage l'aidera à appréhender les différents sentiments que l'on peut ressentir. Posez-lui des questions : qu'auraient dû faire les personnages ? Qu'est-ce que lui aurait fait ? Aurait-il été en colère ? Etc.

Lui proposer une activité sportive ou artistique peut être un bon moyen de canaliser une énergie débordante et lui servir de défouloir.

Un enfant agressif est plus souvent réprimandé et culpabilisé que complimenté. N'oubliez pas de le féliciter lorsqu'il adopte une attitude adaptée à une situation dans laquelle il a pu ressentir de la frustration. L'encourager dans ses progrès lui permettra de regagner confiance en lui et le confortera dans ses changements de comportement.

Même en période de stress, essayez de partager des moments calmes avec votre enfant en lui offrant toute votre attention. Écoutez-le et permettez-lui de s'exprimer. L'aider à mettre des mots sur ses sentiments l'aidera à diminuer son agressivité et vous permettra de comprendre les raisons de son comportement.

L'agressivité envers lui-même

Parfois un enfant retourne sa violence contre lui afin de ne pas s'en prendre aux autres.

Votre enfant peut aussi avoir compris que cela vous déstabilisait. Il utilise ce moyen pour vous faire changer d'avis. Vous pouvez soit feindre de ne pas le voir, en espérant qu'il arrêtera assez rapidement de se faire mal. L'autre solution consiste à lui proposer de se faire aider par un spécialiste. Il est encore une fois important de comprendre les raisons de ce comportement violent pour apporter à votre enfant l'aide nécessaire.

En bref

Une certaine agressivité chez les enfants fait partie de leur bon développement. Il n'y a pas lieu de dramatiser un coup de pied ou une morsure. Il faudra bien évidemment réagir et expliquer que ce n'est pas la bonne attitude mais cela ne signifie pas que votre enfant est violent et qu'il le sera toute sa vie. En revanche, si ce comportement est récurrent et que votre enfant n'arrive pas à maîtriser ses émotions et ses colères, sa souffrance psychique peut être importante. Il est alors conseillé de s'adresser à un spécialiste.

En pratique : L'aide des professionnels

Toute aide aura pour fonction de déculpabiliser les parents d'un enfant violent, écouter leurs difficultés : à quelle situation ont-ils été exposés eux-mêmes antérieurement ?

Les parents seront invités à reformuler leurs points de vue en termes d'éducation qu'ils souhaitent donner à leurs enfants : quels sont les repères qui leur paraissent essentiels ? Cette remédiation pourra être l'objet d'une prise de conscience pouvant induire de nouveaux comportements parentaux générateurs d'une nouvelle communication avec leur enfant en redéfinissant si besoin les interdits et les autorisés.

Toujours au niveau de l'aide apportée, tenter d'amener les parents à différencier séduction et affirmation, pouvoir et autorité.

Dans les cas difficiles, on pourra proposer l'intervention d'un psychothérapeute familial.