

CHAP 13

« Il veut toujours les bras »

Certains enfants réclament beaucoup les bras tout au long de la journée, soumettant l'adulte à une relation exclusive. Ce comportement, qui fait l'objet de nombreuses idées reçues, peut être mal vécu par de nombreux professionnels qui se sentent envahis par l'enfant.

● Pourquoi l'enfant réclame-t-il autant les bras de l'adulte ?

➤ Le bébé humain naît inachevé, immature

Quiconque compare les aptitudes du bébé humain à celles des autres mammifères à la naissance est frappé par sa grande immaturité et sa **dépendance totale** à l'adulte. Tandis que le girafon se redresse sur ses pattes en une trentaine de minutes après sa naissance, une dizaine de mois sera nécessaire au petit humain pour faire du « quatre pattes » (et encore, on ne parle pas de la marche, véritable cerise sur le gâteau de l'évolution !). Si le cerveau du bébé humain était aussi mature que celui d'autres mammifères, il ne pourrait tout simplement pas naître... Car, aussi surprenant cela puisse paraître, le diamètre de sa boîte crânienne, trop volumineux, ne serait pas en mesure de traverser le bassin de sa mère !

➤ Il est programmé pour s'accrocher à l'adulte

Pour permettre à ces petits humains de survivre malgré leur incroyable immaturité, la nature a pensé à tout. Elle les a programmés pour qu'ils soient toujours proches des adultes en mesure d'assurer leur survie. L'enfant arrive au monde avec un réflexe d'agrippement (qualifié de « *grasping* » par nos amis anglophones) qui lui fait serrer très fort ce qui est mis dans sa main. On peut penser que ce réflexe permettait à l'origine aux bébés de s'agripper à leur maman pour fuir le danger.

Aujourd'hui, celui-ci contribuerait à la création d'un lien d'attachement avec l'adulte dont il est si dépendant. Ces bébés sont aussi équipés de puissantes alarmes (les pleurs et les cris) pour assurer la proximité de l'adulte en cas de besoin. Que la nature est bien faite !

➤ Il ne veut pas vos bras, il a *besoin* de vos bras

J'entends souvent les professionnels me dire « il veut les bras ! ». Or, en réalité, il ne s'agit pas d'une envie, ni même d'un caprice ou d'une lubie, mais d'un **réel besoin vital** comme celui de manger et de boire. La proximité physique avec l'adulte fait partie des besoins fondamentaux du petit humain. Sa survie en dépend. Malheureusement, la nature n'a pas imaginé que, des milliers d'années plus tard, des crèches collectives seraient créées et que les bébés humains n'auraient plus la possibilité d'être dans les bras de l'adulte toute la journée !

➤ Non, un enfant ne risque pas de « s'habituer aux bras »

Contrairement aux idées reçues, un enfant ne risque pas de « s'habituer aux bras », c'est-à-dire de réclamer davantage les bras de l'adulte si celui-ci le prend plus souvent dans les bras. Non, les bras ne sont pas une drogue addictive comme la cigarette, la cocaïne ou l'alcool ! Cette idée infondée, et pourtant très répandue dans les maternités, les PMI et les crèches, a été invalidée à plusieurs reprises par les recherches en psychologie de l'attachement. Nous avons constaté que plus on répondait aux besoins des bébés lorsqu'ils étaient petits, plus ces bébés étaient autonomes et sereins vers douze mois. Un enfant s'attache à l'adulte **pour mieux se détacher**. D'ailleurs, le petit d'homme n'aurait aucun intérêt à rester accroché aux bras de l'adulte *ad vitam aeternam*. Ce qu'il souhaite, lui, c'est explorer et découvrir le monde ! Mais pour ce faire, la construction d'une sécurité intérieure est nécessaire.

➤ Un environnement stressant redouble chez l'enfant son besoin d'être dans les bras de l'adulte

Tout environnement nouveau ou insécurisant (une crèche, le domicile d'un assistant maternel, la première fois que l'enfant va chez sa mamie) tend à plonger le tout-petit dans un état de stress et à stimuler son

besoin de proximité physique avec l'adulte. C'est pourquoi certains enfants éprouveront davantage le besoin d'être dans vos bras lors des temps plus stressants de la journée, par exemple, lorsque des parents arrivent, lors des moments de transition, de repas, etc.

Vos bras rassurants permettent la sécrétion d'opioïdes et d'ocytocine, des hormones qui apportent un sentiment de bien-être à l'enfant. À l'inverse, si l'adulte ne répond pas à ce besoin de proximité, l'enfant est plongé dans un état de stress. La sécrétion de ces hormones de bien-être est bloquée.

➤ Vous êtes son porte-avions !

L'enfant a besoin de vous sentir disponible pour explorer sereinement son environnement. L'image du porte-avions l'illustre bien. Le bébé est l'avion, et vous, vous êtes le porte-avions. Vous en conviendrez, le porte-avions doit toujours être disponible pour que l'avion puisse atterrir en cas de besoin ! Si le porte-avions n'est plus disponible, l'avion hésitera à s'éloigner... Ainsi, un enfant peut prendre le risque d'explorer une pièce et de jouer avec d'autres enfants, s'il sent l'adulte disponible pour lui porter secours en cas de besoin¹.

C'est pourquoi lorsque vous vous levez pour accueillir un parent ou lorsqu'un autre enfant vient sur vos genoux, le bébé-avion revient *illico presto* à sa base de sécurité ! Il ne s'agit pas de jalousie à proprement parler comme on l'entend souvent, mais de la simple manifestation de son instinct de survie... D'ailleurs, inutile de lui préciser qu'il n'est pas tout seul à avoir besoin de vos bras, il n'est pas en capacité de l'entendre.

➤ Vous êtes probablement sa figure d'attachement secondaire

Si la maman est le plus souvent la figure d'attachement primaire de l'enfant, il est probable que vous soyez sa figure d'attachement secondaire (au même titre que sa tata, son papi, etc.). Cela signifie que vous avez créé un lien privilégié avec cet enfant et qu'il sait instinctivement que vous êtes en mesure de répondre à ses besoins au sein du lieu

Note

1. C'est dans son ouvrage *L'attachement. Un lien vital* que Nicole Guedeney mentionne cette image pertinente du porte-avion (Fabert, 2011).

d'accueil. Cela signifie que vos bras parviendront davantage à l'apaiser que ceux de votre collègue, mais moins que ceux de sa maman ou de son papa. C'est aussi la raison pour laquelle il risque de se mettre à pleurer lorsque vous entrez dans la pièce alors qu'il jouait tranquillement avant votre arrivée ! En détectant la présence de sa figure d'attachement, **l'enfant manifeste spontanément ses besoins**, comme on le ferait vous et moi, en retrouvant notre compagnon, notre parent ou notre meilleur ami !

➤ Le profil de bébé-koala qui suit son référent comme son ombre paraît donc sain et normal

En revanche, les enfants qui ne manifestent à aucun moment de la journée le besoin d'être pris dans les bras, ou ceux qui passent de bras en bras de manière tout à fait indifférenciée, me paraissent bien plus préoccupants. Contrairement aux idées reçues, une « bonne » adaptation n'est pas une adaptation qui se déroule sans pleurs, ni cris. Toute séparation d'un bébé avec son parent peut induire un **état de stress**, une angoisse naturelle, un besoin de réassurance, et ce à des degrés divers.

Marie Ainsworth, psychologue du développement, a distingué **trois types d'attachement** chez les jeunes enfants :

- l'enfant dit « sécure² », qui est la forme d'attachement la plus optimale, investit sa figure d'attachement comme un porte-avions pour explorer son environnement ;
- l'enfant dit « évitant³ » se caractérise par une attitude fuyante, autonome en apparence. Celui-ci va peu rechercher le contact avec une personne en particulier. Il aura tendance à se comporter de la même manière avec ses figures d'attachement qu'avec des personnes inconnues. Il peut passer de bras en bras sans manifester de préférence ;
- enfin, l'enfant dit « résistant⁴ » va éprouver un grand besoin de s'accrocher à sa figure d'attachement, ce qui va freiner son explo-

note

2. L'attachement sécure est observé chez 66 % de la population générale.
3. L'attachement anxieux évitant est observé chez 22 % de la population générale.
4. L'attachement anxieux résistant est observé chez 12 % de la population générale.

ration. La séparation d'avec la personne-ressource risque de le bouleverser. Pour autant, il manifesterà une réaction assez ambivalente à son retour : il s'accrochera à ses bras, tout en restant très en colère, ayant du mal à être réconforté.

Comment réagir ?

Le prendre dans les bras, dès que vous le pouvez

Ce premier conseil est le plus efficace pour permettre à l'enfant de répondre à ses besoins fondamentaux, de gagner en autonomie, mais aussi celui qui est le plus redouté des professionnels qui craignent d'empirer la situation ! Plus vous répondrez à son besoin vital de proximité physique, plus l'enfant sera **rassasié** et moins il réclamera votre contact. C'est d'une logique imparable. Une phase de « fusion » entre l'enfant et le professionnel peut être nécessaire. Celle-ci peut durer une semaine comme plusieurs mois, tout dépend de l'enfant, de vous, de votre disponibilité, de sa relation avec ses parents, de sa vie dans le lieu d'accueil, etc. Pour permettre cette proximité avec l'enfant, certaines équipes ont opté pour le portage, en accord avec les parents. Le *Mei-Tai* est un bon compromis car il est plus simple à mettre en place que la traditionnelle écharpe et moins cher qu'un porte-bébé préformé.

Le porter physiquement mais aussi psychiquement

Bien entendu, le portage physique ne suffit pas. Car, contrairement à un sac de courses, le petit humain est un être plein à craquer... d'émotions ! Ainsi, si vous prenez l'enfant dans vos bras à contrecœur ou stressé, vous risquez de provoquer l'effet inverse et d'alimenter le propre stress de l'enfant. Un portage psychique, empreint **d'affection, de douceur** et d'humanité, est aussi indispensable que le portage physique.

Rester disponible au sol, tel un porte-avions !

Quand vous êtes confortablement installé au sol, invitez l'enfant à s'asseoir sur vos genoux. Lorsqu'il se sentira prêt, il s'éloignera de lui-même pour aller jouer. Si cela vous est possible, durant sa phase d'exploration, restez au sol au même endroit et maintenez un lien visuel

avec l'enfant. Regardez-le jouer et montrez-lui que vous êtes disponible s'il en éprouve le besoin. Plus vous serez un porte-avions de confiance, plus ce petit avion trouvera le courage d'explorer son environnement. Au début, il risque de rester accroché fermement à vous, comme un timbre à une enveloppe. Quelques jours/semaines plus tard, il quittera peut-être vos genoux pour se poser sur le sol, mais tout en maintenant un contact physique avec vous (il jouera contre votre cuisse, par exemple). Encore quelques jours/semaines plus tard, il se jettera cette fois à l'eau et ira se balader dans la pièce, mais en maintenant un fort contact visuel avec vous (il vérifiera régulièrement que vous n'avez pas bougé d'un iota). Enfin, un beau jour, il sera en capacité de jouer loin de vous, de plus en plus loin. Il vous jettera quelques regards pour s'assurer de votre présence, mais ne viendra vous solliciter qu'en cas de besoin. Surtout, gardez courage ! Bien que les efforts que vous déployez ne soient pas toujours visibles à court terme, ils portent leurs fruits, jour après jour.

Il y a d'ailleurs un détail (de taille !) qui nous permet de savoir si un enfant est prêt à s'éloigner de l'adulte : c'est le jour où **il se cache** et où il s'autorise à faire disparaître l'adulte. S'il sent qu'il en est capable, il peut explorer en se représentant l'adulte et non en ayant besoin de l'avoir en chair et en os ! Sinon, il a encore besoin de son porte-avions...

➤ Mettre en place une référence-relais

À condition d'œuvrer en équipe⁵. Si vous vous sentez dépassé par la situation, il peut être intéressant de proposer à l'un de vos collègues de créer un lien privilégié avec l'enfant (à travers des temps de jeu, de repas...) et de prendre le relais quand vous-même n'en pouvez plus ou quand vous êtes absent. En revanche, mieux vaut éviter de multiplier le nombre de personnes qui gravitent autour de l'enfant. Celui-ci a besoin d'être attaché à une personne en particulier avant de pouvoir s'ouvrir au reste du groupe.

⁵ voir

5. Malheureusement, grand nombre de structures ne permettent pas aux professionnels, plus isolés, de passer le relais. Il arrive que ces derniers soient contraints de gérer seuls un groupe d'enfants du matin au soir sans même avoir le temps d'aller aux toilettes (je pense notamment aux domiciles des assistants maternels, aux foyers de l'enfance, à la pouponnière...).

➤ Lui proposer des câlins aux temps forts de la journée

Tous les jours, à heures fixes, aux mêmes temps forts de la journée, proposez à l'enfant de le prendre dans vos bras, de le ressourcer. Ce peut être à l'accueil du matin, au repas du midi, au moment du goûter et avant l'arrivée des parents en fin d'après-midi. Même si vous ne pouvez lui accorder qu'une seule minute, c'est une minute qui lui appartiendra, où il vous aura rien que pour lui.

➤ Conserver un lien avec l'enfant, même si vous êtes à l'autre bout de la pièce

Si vous devez vous éloigner de lui pour donner le repas à un autre enfant ou préparer un biberon, efforcez-vous de maintenir un lien visuel et auditif avec lui. Montrez-lui que vous ne l'oubliez pas. Même à distance, regardez-le, parlez-lui, souriez-lui, racontez-lui ce que vous faites.

➤ Passer physiquement le relais à votre collègue quand vous quittez une pièce

À condition d'œuvrer en équipe. Lorsque vous devez quitter la pièce (pour partir en pause ou parce qu'il s'agit de la fin de votre journée), prenez le temps de confier l'enfant à l'un de vos collègues, de bras à bras. Tout en lui expliquant que vous vous apprêtez à partir. Dans les bras rassurants d'un adulte, le pic de stress provoqué par votre départ sera atténué. Un conseil qui ne s'adapte malheureusement pas dans le cas de professionnels qui œuvrent en solo.