

POURQUOI EST-IL PARFOIS AUSSI LENT À LA DÉTENTE QUAND JE LUI DEMANDE DE FAIRE QUELQUE CHOSE ?

- A. Parce qu'il a déjà trop de projets à gérer dans sa petite tête comme verser le contenu de son verre d'eau dans un autre verre d'eau ou s'extirper une crotte de nez inaccessible.
- B. Parce que son cerveau, immature, est plus lent et moins efficace que celui d'un adulte (pas de chance, il va falloir être patient).
- C. Pour vous casser les pieds, pardi !

Avez-vous déjà remarqué que l'enfant réfléchissait plus lentement qu'un adulte ? Ce que certains parents prennent parfois pour de la désobéissance ou de l'insolence, n'est autre que le fonctionnement naturel du cerveau de leur enfant. Oui, le jeune enfant a un cerveau plus lent que le nôtre. Voyons pourquoi...

Réponse B. À mesure que votre enfant grandit, son cerveau va se développer et gagner en rapidité.

À quoi sert donc cette substance blanchâtre et peu appétissante qui entoure les tiges de notre cerveau ?

Quand vous lisez ces quelques lignes, un influx nerveux minuscule se propage - dans votre super cerveau fini - entre des milliers de neurones. *Chez vous, cet influx se propage très rapidement* car vos axones (à savoir les tiges qui relient les neurones entre eux) sont recouverts d'une substance blanchâtre et peu ragoûtante qu'on appelle la « myéline ». C'est un peu comme une gaine qui recouvrirait des fils électriques. Aussi, les fibres nerveuses qui contiennent de la myéline sont plus rapides que les fibres nerveuses qui sont dites « amyéliniques » (qui ne contiennent pas de myéline).

Et la différence de vitesse est monumentale ! *Quand l'axone est entouré de myéline, la vitesse de conduction nerveuse d'un neurone à un autre est d'environ 50 mètres par seconde* (soit 180 km/h, l'équivalent d'une Ferrari !). À l'inverse, en début de vie, quand l'axone est quasiment nu, la vitesse ne dépasse pas les 2 mètres par seconde (soit 7 km/h, la vitesse à laquelle marche un piéton parisien un peu stressé).



UN CONSEIL

Quand vous formulez une requête à votre enfant, attendez 5 secondes avant de vous impatienter et de sortir les munitions. Juste pour lui laisser le temps de traiter l'information à son rythme.

La mauvaise nouvelle est que le processus de myélinisation (à savoir la construction de la myéline) est lent. Très lent. Trop lent. Il s'étend sur toute l'enfance. *Ce sont d'ailleurs les zones impliquées dans le raisonnement et le contrôle émotionnel qui se « myélinisent » en dernier, après l'adolescence.* Dommage !

Et puis, l'autre mauvaise nouvelle, c'est que le temps ne fait rien à l'affaire. Avec l'âge, les gaines de myéline qui entourent nos fidèles axones

vont se dégrader et décliner peu à peu. *Ce qui explique pourquoi une personne âgée réfléchit finalement aussi lentement qu'un jeune enfant (ou presque).*

Conclusion : peut-être trouvez-vous actuellement votre enfant un peu lent à la détente. Ce qui est vrai. Mais la roue finira par tourner ! Un beau jour, lorsque vous serez vieillissants et grabataires, vos enfants réfléchiront plus rapidement que vous et s'impatieront à leur tour votre lenteur !

Comprendre une demande est plus compliqué qu'il n'y paraît !

En plus d'avoir une vitesse de traitement digne d'un escargot en vacances, le jeune enfant peut également éprouver des difficultés à exécuter une simple demande.

Lorsque vous dites à votre enfant : « Livio, va ranger tes jouets ! ». Celui-ci doit :

- 1 Entendre votre demande.** Lorsque l'environnement est un peu sonore ou que votre enfant est concentré sur une activité en cours, il y a des risques qu'il ne parvienne pas à entendre ce que vous lui dites.
- 2 La décrypter.** En fonction de la manière dont vous aurez formulé votre requête, votre enfant peut avoir plus ou moins de mal à la décrypter du premier coup.
- 3 La mémoriser jusqu'à la fameuse boîte de jouets.** Chose qui n'est pas simple. Rappelons qu'un jeune enfant a une attention très fragile. Le moindre papillon qui passe dans son champ de vision risque de lui faire oublier votre demande !
- 4 Faire le lien entre la parole et le geste.** Ultime étape à surmonter : faire le lien entre des mots et une action, entre le verbal et le moteur. Plus votre enfant est jeune, plus ce passage peut être délicat.
- 5 Comprendre quels jouets ranger dans quel contenant.** Un rangement par catégorie - qui peut paraître simplissime pour un adulte - peut être un réel casse-tête pour un enfant. Celui-ci demande de sérieuses capacités d'abstraction et d'organisation. Si vous voyez que votre enfant patine, n'hésitez pas à ranger la boîte de jouets avec lui. Rien ne vaut l'imitation pour favoriser les apprentissages d'un enfant !