

Les neurosciences pour éduquer les enfants?

Depuis quelques années, les conseils sur le fonctionnement du cerveau de l'enfant remodelent l'éducation.

L y a quelques décennies, le monde des petits était divisé en deux sphères bien distinctes : les enfants sages et les enfants turbulents. Mais depuis quelques années, un trublion est venu perturber cet ordre établi : le cerveau. Avec le développement des neurosciences, en effet, une nouvelle approche de la psychologie de l'enfant a vu le jour. Dans cette perspective, l'enfant est considéré comme soumis à divers besoins en fonction de son développement cérébral.

Afin de mesurer l'ampleur du « phénomène neurosciences », il suffit, dans une librairie, de jeter un œil aux ouvrages liés à l'éducation des enfants : le cerveau y est la superstar. Parmi les auteurs les plus influents, Isabelle Filliozat est certainement celle qui a le plus contribué à faire connaître cette approche. Elle a signé de nombreux best-sellers et rempli à l'occasion de conférences des salles de 1 000 personnes. « Quand je vois arriver de nouveaux patients, je sais d'avance qu'ils vont commencer par me dire qu'ils ont lu tous ses livres », raconte ainsi un psychiatre parisien.

Quelle est donc la clé de ce succès? Les neurosciences ne seraient rien de moins « qu'un changement de paradigme », explique Isabelle Filliozat. On constatait qu'un petit de 3 ans ne respectait pas les interdits. Désormais, on a des infos qui nous permettent de comprendre pourquoi. Du coup, des tas d'idées fausses sur l'éducation tombent d'elles-mêmes. Pendant des décennies, on est parti du principe qu'il fallait laisser un bébé pleurer et ne surtout pas le prendre dans les bras. Maintenant on voit sur l'IRM cérébrale que le stress exprimé par les pleurs du bébé est très nocif, qu'il touche son corps. Ces images confirment donc la théorie de l'attachement, qui démontre déjà depuis plus d'un siècle l'importance du lien parents-enfants. Elles confirment aussi l'intuition de nombreux parents qui, sans écouter les avis d'experts, ont toujours continué à prendre le bébé dans les bras pour le rassurer. »

Sur la base de ces preuves apportées par l'IRM, notamment, les tenants des neurosciences proposent des tas d'astuces à première



Les neurosciences s'invitent dans les familles et questionnent l'éducation des enfants. Meyer/Tendance Floue

vue un peu déroutantes. Ainsi, un petit de 3 ans ne veut pas mettre ses chaussures pour aller à l'école? Rien ne sert de crier. Mieux vaut aller boire un grand verre d'eau puis revenir calme et trouver une idée ludique pour l'amener à se chauffer. D'ailleurs, rien ne servirait d'utiliser l'impératif « mets tes chaussures », qui suscitera un réflexe de rejet. Mieux vaudrait se contenter d'un simple « tes chaussures! ».

Isabelle Filliozat assume ce côté recettes. « Bien sûr qu'il y a un côté recette de cuisine dans tout ça, mais pourquoi pas? Néanmoins, comme lorsque l'on mitonne un bon petit plat, j'incite toujours les parents à ajouter leur petite touche personnelle, à choisir tel ou tel ingrédient dans ce que je propose. Je me garde bien de multiplier les "il faut" ou "on doit". Je donne des outils de compréhension et non pas un kit prêt à l'emploi. »

Les tenants des neurosciences proposent des tas d'astuces à première vue un peu déroutantes.

L'un des grands atouts de cette approche, qui explique sans doute largement son succès auprès des jeunes parents, est de donner un rôle positif à la fois aux parents et aux enfants. L'idée sous-jacente est en effet que la bienveillance est nécessaire, que le cerveau aime qu'on prenne soin de lui. « Il y a quelque chose de très gratifiant à pouvoir considérer la vie de famille autrement que par le biais de l'engueulade du soir », explique Damien, 35 ans, père de deux enfants. Une perspective qui justifie selon lui l'effort d'apprendre l'anatomie du cerveau ou le rôle d'hormones comme l'ocytocine (celle de l'amour) et la dopamine (celle de la motivation)...

Dans le sillage ouvert par les travaux du pédiatre Thomas B. Brazelton, récemment décédé (lire La Croix du 21 mars), qui avait déjà montré combien le nouveau-né est « compétent » et parfaitement apte à affronter le vaste monde, les neurosciences nous invitent aussi à faire confiance à l'enfant, à parier sur ses capacités. « Chez le bébé par exemple, l'IRM a révélé que des aires

Les neurosciences pour éduquer les enfants ?

« C'est très gratifiant de pouvoir considérer la vie de famille autrement que par le biais de l'engueulade du soir. »

●●● Suite de la page 13.

du langage, comparables à celles de l'adulte, sont déjà pré-activées dès l'âge de 3 mois quand une voix, celle de la maman ou du papa, raconte des histoires. Le cerveau comprend et apprend, bien avant que l'enfant ne parle lui-même ou réponde aux questions qu'on lui pose », observe ainsi Olivier Houdé, professeur de psychologie du développement de l'enfant à l'université Paris-Descartes. « Le cerveau du bébé possède aussi des réseaux sociaux et émotionnels qui l'induisent à beaucoup imiter les autres, d'où l'importance pour les neurones de lui offrir de bons modèles et des interactions sociales régulières et bienveillantes. »

Cette qualité de la relation se prolonge dans les situations d'apprentissage qui peuplent le quotidien. Les neurosciences confirment ainsi que l'on apprend le mieux en étant actif et en corrigeant ses propres erreurs. D'où l'utilité d'encourager les initiatives, tout en faisant preuve d'indulgence. On peut par exemple inviter un tout-petit à mettre la table en tenant compte de la présence d'invités, sans lui indiquer d'emblée combien d'assiettes il doit disposer. On peut aussi, lors d'une sortie du dimanche, confier le plan aux enfants. Et tant pis si le trajet s'avère un peu plus long que prévu !

Olivier Houdé met néanmoins en garde contre certains mirages. La prétendue caution des neurosciences serait parfois invoquée à tort et à travers. « Des choses inexactes ou pseudoscientifiques sur le cerveau sont diffusées sur Internet ou dans des magazines, allant jusqu'à la marchandisation de méthodes pédagogiques bidon visant à muscler le cerveau, prévient le chercheur. Il faut donc se garder d'une vision trop scientiste et naïve, voire idéologiquement dangereuse, d'une technoscience de l'éducation parfaitement contrôlée et contrôlable », estime-t-il.

Autre écueil : les parents ne doivent pas non plus oublier qu'ils peuvent aussi avoir leurs propres besoins. À force de guetter ceux de leurs enfants et d'essayer d'y répondre au mieux, ils peuvent parfois perdre de vue qu'ils ont eux aussi droit à un peu de tranquillité.

Emmanuelle Lucas

repères

Les neurosciences : définition et grands apports

Il s'agit de l'ensemble des recherches sur le système nerveux central. Elles font appel à plusieurs disciplines (biologie, chimie, psychologie, etc.) et s'appuient largement sur l'imagerie cérébrale.

Elles montrent avant tout que l'intelligence et les émotions sont interconnectées. Pour être disponible aux apprentissages, l'enfant doit ressentir des émotions agréables.

Elles montrent aussi que les comportements laissent des traces cérébrales et qu'il est donc possible d'influer sur le cerveau par l'éducation.

témoignages

Un nouveau regard sur l'éducation

« J'ai pu décoder le comportement de mon fils »

Stéphanie, mère de Santiago (10 ans)

« Comme à peu près tous les parents, je ne comprenais pas pourquoi mon fils pleurait quand il était bébé. J'ai donc lu des livres et découvert cette nouvelle approche fondée sur les neurosciences. Cela m'a donné des outils pour gérer les situations. Par exemple, dans notre famille, l'organisation du mercredi est compliquée, très minutée. Ce jour-là, je travaille à la maison, mais je dois aussi conduire mon fils au foot. Or, régulièrement, il n'est pas prêt à l'heure, ce qui a le don de m'exasperer. Là, j'ai appris à évaluer la situation. J'ai pris conscience que toute cette tension n'est qu'une affaire de stress réciproque et



Selon les neurosciences, l'enfant comprend et apprend bien avant de parler.

Vanessa Meyer/L'Alsace/MaxPPP

d'indisponibilité psychique. Du coup, j'ai appris à faire baisser ce stress et trouvé des solutions pour qu'il prépare son sac dans les temps, sous la forme d'un jeu par exemple. Les neurosciences m'ont permis de décoder le comportement de mon fils. »

« J'ai mesuré à quel point j'étais loin du compte »

Laurence, maman de Manon (14 ans) et Alexandre (17 ans)

« Longtemps, je n'ai pas compris pourquoi mes enfants ne m'obéissaient pas, ne voulaient pas goûter les haricots verts, etc. Très vite, je montais dans les tours, je criais, je donnais des fessées. Et rien de tout cela ne produisait le moindre effet positif. Quand j'ai découvert les neurosciences, j'ai mesuré à quel point j'étais loin du compte. J'ai d'abord compris que les en-

fants apprennent par imitation et que, plus j'étais violente, plus ils l'étaient aussi. J'ai surtout saisi que l'enfant n'a pas un cerveau apte à dépasser la frustration. Se voir refuser un bonbon par exemple peut faire l'effet d'un tremblement de terre. Son cortex frontal n'est pas en mesure de réguler ce stress. J'ai pris conscience qu'il ne s'agissait pas de caprices mais d'une immaturité émotionnelle. À partir de là, tout est allé beaucoup mieux car je n'y ai plus vu un échec personnel. »

« Cela m'a beaucoup déculpabilisée »

Mélody, maman de Soan (7 ans), Alessio (4 ans) et Maelyn (3 ans)

« À la naissance de mon aîné, j'ai pris des cours pour apprendre à porter mon bébé en écharpe. Il pleurait beaucoup et voulait être toujours dans les bras. Je me trou-

vais du coup tiraillée entre l'envie de le prendre et le discours de mon entourage. On me faisait valoir qu'il fallait laisser pleurer les bébés pour ne pas les rendre capricieux. À l'occasion de ces cours, pour la première fois, j'ai entendu parler du cerveau de mon bébé. On m'a expliqué que les tout-petits ont besoin d'être pris dans les bras parce que cela leur procure de l'ocytocine, une hormone qui agit sur le cerveau avec un effet rassurant. Cela m'a beaucoup déculpabilisée et je me suis sentie autorisée à faire ce dont j'avais envie. J'ai continué à élever mes enfants selon cette approche, en essayant de partir de leurs besoins physiologiques. Cela ne les a pas rendus capricieux pour autant. Ils se sont très bien adaptés ensuite à l'école et aux cadres imposés. Je suis même certaine qu'en étant élevés ainsi, ils ont pris l'habitude d'être à l'écoute de leurs besoins. Ils savent très bien ce qui leur convient, ce qui leur donne une grande confiance. »

Recueilli par Emmanuelle Lucas