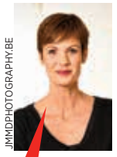
Mon enfant *et ses copains*

Avoir des amis est primordial pour la construction de l'enfant. Cela lui permet d'expérimenter la vie en dehors du cocon familial et d'avoir un sentiment d'appartenance qui contribue à son bonheur. Mais la cour de récré ressemble parfois plus à une jungle qu'à un havre de paix. Comment les aider quand ça coince ?

TEXTE JULIE BRAUN COORDINATION STÉPHANIE GROSJEAN



JMMDPHOTOGRAPHY.BE

Sandrine Dans, rédactrice en chef d'un jour

C'est parfois difficile en tant que parent d'accepter une amitié d'un enfant quand on a l'impression qu'elle ne lui convient pas mais je pars du principe qu'ils doivent faire leur chemin, que s'ils ont choisi ces amitiés-là, c'est qu'il y a une raison et qu'ils en apprendront quelque chose. Évidemment, et surtout à l'adolescence, il faut se méfier des amitiés toxiques. Il faut toujours garder un œil dessus.

Différentes études* montrent que l'amitié joue un grand rôle dans le développement de l'enfant : elle dope sa confiance en lui, le rend plus heureux, plus engagé et même meilleur à l'école. Elle lui permet de s'affirmer et de vivre des expériences importantes comme l'inclusion dans un groupe, les confidences, les jeux… Mais les relations de la prunelle de nos yeux sont parfois difficiles. Avec Valentine Anciaux, psychoéducatrice, on fait le point sur les principaux écueils qu'il peut rencontrer.

IL N'A PAS DE COPAINS

Différents profils d'enfants peuvent ne pas avoir d'amis. Certains ont simplement besoin de moments seuls. Dans ce cas-là, laissez-les faire. D'autres, par contre, sont plus en souffrance. Que ce soient les timides qui ne savent pas entrer en relation, ceux qui ont une passion trop marquée (qui ne parlent que de chevaliers, par exemple) ou les plus fonceurs, qui ne se rendent pas toujours compte qu'ils ennuient leurs camarades. Dans ces cas-là, **donnez à votre enfant les clés d'une bonne communication : oser entamer la conversation, s'intéresser à l'autre, faire preuve de tolérance, d'ouverture, de sincérité, sourire, se montrer fiable…** Apprenez-lui aussi à sentir quand sa présence est agréable et quand il prend trop de place ou qu'il s'impose.
S'il est encore petit, vous pouvez jouer avec lui à « se faire des amis » avec des Playmobil, en mettant un personnage face à un groupe et en lui demandant d'entrer en contact. Vous pouvez ensuite inviter un camarade de classe à la maison pour permettre à votre enfant de vivre des expériences positives qu'il pourra poursuivre à l'école. Quand il y a des problèmes de relations, l'idéal est de convier un copain à la fois, pendant une durée limitée lors de laquelle vous serez disponible pour superviser l'activité (un jeu, un bricolage, une recette…). Avant l'arrivée du petit invité, rappelez les bases d'une bonne entente à votre enfant et débriefez après en discutant de ce qui s'est bien passé et de ce qu'il peut améliorer.
Si votre enfant est plus grand, à partir de 8 ans, regardez avec lui *TouT S'Arrange*, sur Youtube. Cette courte web série ludique et pédagogique a pour but d'aider les enfants « extraordinaires » à développer leurs compétences sociales. Mais c'est utile pour tous ceux qui connaissent des difficultés de communication.
Si vous avez un ado, veillez à ce qu'il se fasse des copains en vrai plutôt que sur Internet, où les pièges sont nombreux. Il pourra évidemment échanger ensuite avec eux sur les réseaux.

IL N'A QU'UN MEILLEUR AMI

Avoir un meilleur ami est souvent important pour l'enfant et très rassurant. **S'il n'a qu'un seul ami, mais qu'il semble heureux, laissez-le vivre cette relation.** Même si cela peut parfois être compliqué (les disputes et ruptures amicales peuvent être aussi douloureuses qu'une blessure amoureuse !), cela fait partie de la vie. Si, par contre, votre enfant n'a pas l'air épanoui, vous pouvez lui demander s'il ne souhaiterait pas avoir plus de copains et lui expliquer que les amitiés se multiplient à l'infini. **Si un manque de confiance en lui ou une mauvaise estime de lui l'empêche de s'ouvrir à d'autres personnes et qu'il voudrait avoir plus d'amis, donnez-lui les clés pour développer de bonnes relations** (voir plus haut).

SON « AMI » PROFITE DE LUI

Si vous avez l'impression que l'un des « amis » de votre enfant profite de lui (il ne joue avec lui que lorsque ça l'arrange, le menace de ne plus être son copain s'il ne lui donne pas ses affaires, le rabaisse ou l'isole), discutez-en avec votre enfant. « Comment te sens-tu par rapport à Martin ? Tu trouves ça chouette quand il fait ceci ou cela ? » **Pour éviter de le mettre en position de victime, essayez d'imaginer ensemble des solutions qu'il pourra appliquer,** plutôt que de parler à son institutrice, à son camarade de classe ou à ses parents (ce qui risque aussi d'envenimer la situation).

MON ADO A DE MAUVAISES FRÉQUENTATIONS

Votre ado a un ami impoli, qui a de terribles résultats scolaires, fume, se drogue ou boit de l'alcool ? Vous avez peur qu'il ait une mauvaise influence sur votre enfant ? Avant tout, sachez qu'à l'adolescence, on peut avoir envie de traîner avec quelqu'un qui ne nous ressemble pas. Et **rappelez-vous que même s'il ne vous plaît pas, il apporte quelque chose à votre enfant, il l'apaise et lui donne confiance en lui.** Pour ne pas le juger trop hâtivement, invitez-le chez vous pour faire sa connaissance et vous assurer qu'il ne dépasse pas les limites. Si ce n'est pas concluant, discutez-en avec votre enfant. Souvenez-vous que l'atout principal de votre relation est la confiance mutuelle. Parlez-lui donc ouvertement de vos inquiétudes : « Ça m'effraie de te voir traîner avec lui, car il fume des joints et j'ai peur que tu le fasses aussi. » S'il vous répond qu'il l'a déjà fait, ne vous affolez pas et ne posez pas de jugement. Demandez-lui : « Tu as trouvé ça comment ? », « Tu sais ce qui se passe dans ton cerveau quand tu fumes ? » Vous pouvez également le questionner sur ses projets de vie et lui demander s'il pense que ça sera positif pour son avenir… ou ce que lui ferait si son ado se droguait. **N'interdisez surtout pas à votre enfant de fréquenter cet ami, auquel cas il risque de le voir deux fois plus. Semez plutôt des graines pour qu'il prenne les bonnes décisions par lui-même et assurez-vous qu'il côtoie aussi d'autres jeunes.**

* Recensées en 2001 par Rubin, Bukowski et Laursen dans *Handbook of Peer Interactions, Relationships, and Groups*. ●

SEUL, SUIVEUR OU CAÏD ?

→ L'université de la paix, à Namur, a lancé le programme d'éducation citoyenne ***Graines de médiateurs***, qui a pour but de rendre les enfants autonomes dans la gestion de leurs conflits. Dans ce cadre, elle a notamment développé une métaphore, que vous pouvez utiliser pour aider votre enfant à décoder son comportement dans la cour de récré et à l'adapter. Racontez-lui cette petite histoire :
« Dans la cour de récréation, il y a quatre sortes d'animaux.
Le lion veut juste avoir ce qu'il veut. Quand il veut jouer au foot, il joue au foot et peu importe avec qui. Il est charismatique, mais il fait un peu peur.
La tortue n'exprime pas ses envies. Elle attend que le temps passe. Elle ne joue pas et n'a pas de copains.
Le caméléon veut être aimé, avoir des amis. Pour y arriver, il fait ce que les autres veulent et laisse tomber ses envies à lui. Même s'il aimerait jouer à cache-cache, par exemple, il joue au foot avec le lion.
Le dauphin, lui, veut avoir des copains ET jouer à ce qu'il veut. Il a plein de copains, car il trouve des solutions qui conviennent à tous. Par exemple, s'il a envie de jouer à cache-cache, mais que le lion veut jouer au foot, il lui dit : 'OK, on joue au foot, mais la prochaine fois, on joue à cache-cache !'
Et toi, quel animal es-tu dans la cour de récré ?
Et qui aimerais-tu être ? » Discutez-en. Et pour l'encourager s'il doit changer d'attitude, glissez une petite image de dauphin dans sa poche quand il va à l'école !

POUR ALLER PLUS LOIN

→ Retrouvez Valentine Anciaux, psychoéducatrice, et son associée, Stéphanie de Schaetzen, logopède, sur le site psychoeducation.be.
→ ***Plus d'infos*** sur l'université de la paix et son programme Graines de médiateurs : universitedepaix.org.
→ ***L'amour et l'amitié chez les enfants,*** Rachel Briand-Malenfant, éd. CHU Sainte-Justine.
→ ***Ados : le décodeur,*** Estelle Denis et Stéphane Clerget, éd. Leduc.s.