



Qu'entend-on par autonomie chez un jeune enfant ?

Miriam Rasse
Psychologue, directrice
de l'Association Pikler
Lóczy de France

Judit Falk
Pédiatre, ex-directrice
de l'Institut Pikler
(Hongrie)

En matière d'autonomie, comme d'éducation de manière générale, avis divergents et attitudes contradictoires ne manquent pas. Mais qu'entend-on réellement par autonomie ? Le point sur un processus finalement mal connu, les pièges à éviter et des conseils pour accompagner au mieux l'enfant dans cette évolution.

Une certaine contradiction existe entre l'évolution des connaissances concernant le développement du nourrisson et les attitudes à son égard

Parents et professionnels de la petite enfance souhaitent voir les enfants devenir autonomes mais le chemin par lequel ils pourront y parvenir n'est pas toujours clair pour eux. Cela conduit à des points de vue très variés sur l'autonomie du jeune enfant.

- Beaucoup considèrent que l'autonomie est importante car elle permet à l'enfant de « faire seul » (jouer, manger, s'habiller, se déshabiller, se laver, etc.) et d'éprouver une satisfaction à réussir par lui-même. Certains parents mettent leurs enfants à la crèche avec l'idée que « là, on les rendra plus aisément et plus vite autonomes qu'à la maison où l'on ne prend pas toujours le temps de demander à l'enfant de faire seul ». Quelques crèches sont très fières de la précocité des enfants qu'elles accueillent, surtout en ce qui concerne les besoins corporels. Le souhait de les rendre autonomes dans ces domaines peut avoir aussi pour but de faire gagner du temps à l'adulte pour des tâches plus valorisées, voire valorisantes.

- D'autres pensent que l'autonomie s'oppose à une certaine conception de la relation affective où la dépendance à l'adulte est un facteur essentiel : « On ne peut pas conseiller les enfants si on leur laisse trop d'autonomie » ; « L'adulte y perd son rôle d'éducateur » ; « La valorisation de l'activité autonome provoque un sous-investis-

sement de la relation humaine. Il n'est pas souhaitable qu'un bébé apprenne à se passer de l'adulte, à s'isoler dans son jeu ».

- D'autres encore n'envisagent pas que le jeune enfant puisse être autonome ni dans ses activités motrices, ludiques ou ses apprentissages, ni au cours des soins car l'adulte considère qu'il y perdrait son autorité sur l'enfant : « Plus on leur donne d'autonomie, moins on peut les faire obéir ».

- Certains ont des opinions intermédiaires : « En collectivité, devenir autonome est utile à l'enfant et aux adultes qui n'ont pas suffisamment de temps à consacrer à chaque enfant. Mais en famille c'est inutile ».

- D'autres enfin ont des attentes exagérées : « Il faut le rendre autonome le plus tôt possible pour lui donner un maximum de chances dans la vie ».

Des attitudes contradictoires

Par ailleurs, une certaine contradiction existe entre l'évolution des connaissances concernant le développement du nourrisson et les attitudes à son égard : les recherches qui mettent en évidence le rôle actif de l'enfant dans ses apprentissages semblent avoir peu accru la confiance en ses capacités de développement.

L'intérêt de l'activité autonome initiée par le bébé lui-même reste ignoré ou tenu

On confond souvent
être autonome et
« faire tout seul »,
alors que
l'autonomie englobe
bien davantage :
c'est avoir du plaisir
à faire par soi-même
et pouvoir décider de
ce que l'on veut
faire, donc savoir ce
que l'on veut faire

pour négligeable. Le bébé continue à être perçu comme un être à qui, pour son bon développement, il faut enseigner ou du moins faire exercer ses capacités.

L'évolution des attitudes vis-à-vis des jeunes enfants a plutôt été dans le sens d'une précocité des apprentissages : le bébé est stimulé précocement et même surstimulé au niveau psychomoteur, sensoriel, intellectuel, gestuel et verbal. Il est proposé aux parents et aux éducateurs des programmes d'apprentissage précoces, des méthodes ou du matériel pour éveiller ou stimuler le goût de l'activité et accélérer certaines acquisitions.

Tout ceci montre que le processus d'accès de l'enfant à l'autonomie est méconnu. L'autonomie commence pourtant dès la naissance, même si elle prend une forme particulière à chacun des stades du développement.

Que signifie l'autonomie pour un jeune enfant ?

On confond souvent être autonome et « faire tout seul », alors que l'autonomie englobe bien davantage : c'est avoir du plaisir à faire par soi-même et pouvoir décider de ce que l'on veut faire, donc savoir ce que l'on veut faire.

Cela nécessite de se connaître suffisamment soi-même. Combien d'adultes ne savent pas choisir, ne savent pas ce qu'ils veulent ni ce qu'ils aiment et donc sont dépendants, soumis aux décisions d'autrui au risque de perdre leur identité dans cette dépendance !

L'autonomie, c'est encore plus que cela. L'étymologie grecque de ce mot, *auto* (soi-même) et *nomos* (loi), nous indique que l'autonomie est la capacité à se donner à soi-même une loi, une règle, et de la respecter par soi-même, de façon indépendante.

« Être autonome », dit le dictionnaire, c'est « la liberté de se gouverner par ses propres lois sans entamer la liberté d'autrui ». L'autonomie est aussi la capacité pour un individu de prendre la pleine responsabilité de ses actes.

Dans le développement de l'individu, l'autonomie est une étape qui succède à celle

d'hétéronomie, lors de laquelle la règle, la loi viennent de l'extérieur, de l'autre (*hétéro*).

Et l'on considère que ce n'est que vers douze ans que l'enfant a acquis une maturité intellectuelle suffisante pour tenir compte d'une règle, d'une loi, l'avoir suffisamment intériorisée pour se la formuler de façon indépendante, autonome.

Comment peut-on alors accompagner l'enfant dans cette acquisition ? Et surtout, peut-être, comment ne pas l'empêcher de cheminer dans cette direction, ne pas entraver le développement de son autonomie ? Comment donner du temps et de l'espace à l'enfant pour qu'il puisse faire par lui-même ce qu'il peut faire, avec plaisir : ne pas faire à sa place ce qu'il peut faire par lui-même. Lui permettre de décider par lui-même pour ce qui le concerne directement. Et cela à l'intérieur d'un cadre, de règles que l'adulte devra lui donner et qu'il va petit à petit intérioriser, reprendre à son propre compte.

On pourrait donc dire que pour un jeune enfant, être autonome, à son niveau de développement, c'est être actif dans les différents moments de la journée, être acteur de son propre développement et se sentir reconnu comme une personne, un sujet. La sécurité affective est la première condition pour soutenir ce désir d'agir : pouvoir bénéficier, prendre appui sur une « relation stable, fiable et continue » que l'enfant construit dans sa famille avec des parents « suffisamment bons », comme le décrit Winnicott, relation que l'enfant doit pouvoir trouver sous une autre forme que la relation parentale, mais tout aussi *secure*, lorsqu'il passe sa journée en dehors de son milieu familial.

Activité autonome et liberté motrice

Une activité autonome a plusieurs caractéristiques : elle est source de plaisir pour l'enfant, correspond à son intérêt du moment - qui évolue sans cesse -, peut être menée à son rythme, selon son gré (c'est-à-dire sans lui indiquer comment la conduire ou se servir d'un objet), et commencer ou finir quand il l'a décidé.

Dès les années 1930, Emmi Pikler¹ parle de liberté motrice, met en évidence qu'il n'est pas nécessaire d'enseigner la motricité au jeune enfant car il a la capacité



L'agrippement : première étape du développement de la motricité manuelle

*Il n'est pas
nécessaire
d'enseigner la
motricité
au jeune enfant
car il a la capacité
d'accéder par
lui-même aux
différents stades
d'acquisition, dans
une succession
d'étapes
semblables pour
tous*



d'accéder par lui-même aux différents stades d'acquisition, dans une succession d'étapes semblables pour tous. Sa découverte de la capacité du bébé à initier sa propre activité l'amène, avec ses successeurs, à considérer comme essentiel dans l'éducation de tous les enfants non pas d'éveiller et de développer le goût à l'activité autonome, mais de :

- maintenir et soutenir ce goût inné et naturel ;
- le protéger pour qu'il ne soit pas inhibé ;
- lui fournir les conditions qui favorisent son développement.

C'est à travers cette activité que l'enfant peut accumuler les expériences favorisant non seulement un développement moteur harmonieux mais aussi :

- la construction des bases de son sentiment d'efficacité et de son développement intellectuel ;
- le développement de sa capacité à être un adulte créatif et responsable.

Découverte de la main

Par exemple, l'une des acquisitions les plus précoces du bébé est la découverte de sa main.

- Dans les premières semaines de vie, il ne semble pas percevoir les gesticulations spontanées de celle-ci, bien qu'elle traverse son champ visuel.

- Puis, à un moment donné, entre le deuxième et le cinquième mois, on peut remarquer que son regard s'arrête sur elle. Il l'arrête quelques instants, la suit du regard, tourne la tête en la suivant. Puis, de façon relativement prolongée, il paraît regarder sa main tenue à distance devant les yeux, à plusieurs reprises, séparées par de longs intervalles. Il la bouge, l'arrête, l'approche de ses yeux, l'en éloigne, remue ses doigts, ouvre et referme son poing, etc. Quand sa main sort de son champ visuel, il apprend à la rechercher.

- Au cours des semaines qui suivent, il découvre à tour de rôle sa paume et le dos de sa main, par une pronation ou une supination de son avant-bras, en fléchissant et en redressant le coude, en faisant les mouvements d'abduction, d'adduction et de rotation dans l'articulation de l'épaule, etc., en éprouvant et mémorisant une diversité de sensations proprioceptives.

- Par tous ces mouvements, il apprend que cet objet qu'il regarde dépend de lui, qu'il peut le mouvoir, le rechercher, le déplacer. Il peut mouvoir le membre entier ou seulement certaines parties, comme ses doigts par exemple. Il peut suivre les mouve-



Une sécurité affective indispensable

ments de sa main par le regard, le mouvement de sa tête, et plus tard les guider des yeux. Il peut ne regarder que l'une de ses deux mains, les deux en même temps ou à tour de rôle. Quelquefois il touche, tripote l'une avec l'autre comme s'il découvrirait qu'il en a deux.

Cet apprentissage de la coordination manuo-visuelle est une des conditions d'une bonne relation entre lui et son milieu environnant. En effet, il découvre et exerce ainsi son principal outil d'exploration pour toute la vie.

Connaître ses capacités motrices

L'activité autonome permet que l'enfant participe, à chaque instant, à tout ce qu'il entreprend, avec la globalité de son corps, et qu'il sente ce dernier. Il est toujours à l'écoute de son corps, vit en dialogue et en harmonie avec lui, et avec ses signaux. Il connaît, comprend et accepte les limites de ses capacités corporelles. Il ne se met donc pas en situation d'échec, et par conséquent n'éprouve pas de sentiment d'insuffisance. Ce vécu l'aide à découvrir le plaisir de sentir son corps, de se mouvoir, d'expérimenter ses propres capacités et le monde environnant. Au cours des années, il connaît et accepte son corps de mieux en mieux. Etre bien dans son corps, le connaître, savoir se tenir, se détendre, agir sans tension, avoir une motricité harmonieuse et économique aident à supporter les difficultés et à trouver un équilibre affectif et émotionnel. Si l'adulte lui en assure les conditions favorables, le jeune enfant, simultanément à son développement, peut y arriver par lui-même et vivre en harmonie avec son corps.

Alors absorbé par l'expérimentation de ses capacités corporelles et manuelles et par l'exploration des objets mis à sa portée, l'enfant n'a pas besoin de la présence proche permanente, de la participation ou de l'aide continues de l'adulte puisque sans lui, il ne se sent pas impuissant. La mère peut donc consacrer du temps à ses autres obligations et intérêts personnels sans éprouver de culpabilité, sans se sentir l'esclave de son enfant ou le considérer comme son jouet. Elle peut respecter l'espace personnel de l'enfant, tout en préservant le sien, en prenant plaisir à contempler l'activité, l'attention concentrée et les progrès de son petit. Cela rend plus équilibrée la relation mère-enfant.

Respecter l'autonomie de l'enfant

Pourtant il reste difficile de faire confiance à l'enfant : à ses potentiels, à ses forces de développement, à ses ressources propres, à ses capacités, parce qu'on ne les connaît pas assez, parce que l'on n'en est pas assez sûrs.

C'est ce qui entraîne les adultes à faire marcher les enfants, à les mettre assis, à les installer dans des *maxi-cosys*, des transats ou des trotteurs, à leur montrer com-

ment faire un escargot avec de la pâte à modeler ou un pâté de sable, à les empêcher de monter avec un jouet sur un toboggan de peur qu'ils ne tombent...

Or, l'intervention directe dans l'activité de l'enfant le prive de la joie de faire par lui-même et modifie ses attentes et initiatives. De plus, elle lui procure une gratification d'une telle intensité qu'elle suscite une dépendance à laquelle il renoncera difficilement. Se sentant frustré et découragé de ne pas arriver seul aussi vite et facilement qu'avec l'adulte à une telle satisfaction, l'enfant perd intérêt et plaisir dans l'exercice des activités correspondant à son niveau de développement. Il est frustré parce que ces quelques moments de jeux initiés par l'adulte ont suscité des attentes qui ne peuvent pas toujours être satisfaites. Il devient de plus en plus dépendant, au lieu de devenir de plus en plus sûr de lui-même et indépendant. S'il attend l'initiative de l'extérieur, il donne facilement l'impression de s'ennuyer, ne sachant pas quoi faire de lui. En proposant à l'intérêt de l'enfant des objectifs qui ne sont pas les siens, l'intervention de l'adulte non seulement dérange son activité autonome et ses propres buts mais elle augmente aussi artificiellement la dépendance de l'enfant envers l'adulte. Tandis que l'attitude respectant l'autonomie fournit la base d'une relation adulte-enfant où chacun fait attention à l'autre et vit dans une confiance mutuelle.

Un suivi attentif

Le respect de l'activité libre de l'enfant demande un suivi attentif des adultes, fondé sur des connaissances et des observations. Par ce suivi, on apporte à chaque moment des réponses aussi adaptées que possible au besoin d'activité de l'enfant. Ces réponses, à leur tour, suscitent chez lui le désir d'avancer. Quels sont les éléments essentiels de ce suivi ?

Se sentir en sécurité est indispensable à l'enfant pour être actif. L'assise de ce sentiment lui est donnée par la sécurité affective que lui procure une relation à l'adulte chaleureuse faite de tendresse et de confiance. Cette relation est un des éléments fondateurs de son goût pour l'activité libre et autonome, source de plaisir et d'expériences favorisant un développement harmonieux soutenu par un senti-

ment d'efficacité dans ses rapports avec l'adulte et dans ce qu'il entreprend. Le goût de l'activité s'épuise vite s'il n'est pas alimenté par une telle relation affective. Mais le sentiment de sécurité se construit aussi chez l'enfant en fonction du soutien apporté par l'adulte.

Les temps de soins : interactions directes adulte-enfant

La prise en compte de l'activité autonome transforme radicalement le regard de l'adulte sur l'enfant et marque profondément la nature de leur relation. Elle y induit le respect de l'enfant qui devient une des composantes fondamentales de celle-ci. L'amour n'en est ni accru ni amoindri : il se traduit autrement.

Apprécier l'activité autonome du bébé permet à l'adulte de le considérer comme un partenaire actif. Cela implique de développer avec lui, dès le plus jeune âge, une communication par le regard, le toucher, les gestes et la parole où l'adulte n'est pas le seul initiateur de l'interaction. L'adulte se laisse guider par les signaux et manifestations du bébé. Il y répond, les renforce et leur donne un sens. Cela renforce non seulement la sécurité affective de l'enfant mais aussi la prise de conscience de lui-même en tant que personne à part entière.

Tenir compte de ses besoins

L'autonomie dans la satisfaction des besoins corporels nécessite de pouvoir identifier ses besoins, être à l'écoute des messages de son corps, chercher le moyen de les satisfaire (soi-même avec l'aide de l'adulte), dans un cadre socialement défini (règles sociales, culturelles).

Or, on empêche souvent l'enfant d'identifier ses besoins : on l'incite à manger alors qu'il dit « non » ; on ne laisse pas le verre sur la table quand il a soif ; on le laisse dans son lit alors qu'il est réveillé ; il ne peut pas aller se coucher quand il a sommeil (« Attends, ne t'endors pas tout de suite, ça va être l'heure de ton repas »)... Les rythmes collectifs ne tiennent pas compte des besoins individuels.

Un bébé-sujet, non un bébé-objet

En étant attentif à ce que l'enfant, quel que soit son âge, exprime de ses besoins,

La prise en
compte de
l'activité
autonome
transforme
radicalement
le regard de
l'adulte sur
l'enfant et marque
profondément la
nature de leur
relation



On ne « rend » pas l'enfant autonome...

l'adulte lui donne la possibilité d'« intervenir » dans la manière de les satisfaire et le processus des soins. Ces signes peuvent concerner différents paramètres : le *rythme* (du repas ; des mouvements de l'adulte pendant le change des couches, l'habillage, le déshabillage) ; la *quantité* et la *température* (de la nourriture ; de l'eau du bain) ; etc. Si le bébé peut avoir confiance en sa capacité d'influer sur les événements le concernant, se sentir sujet participant et non pas objet manipulé ou dirigé, cela aboutit au renforcement de son sentiment d'efficacité.

Communication et coopération

Un vrai dialogue se met alors en place entre deux partenaires. Grâce à ce dialogue, le bébé apprend de plus en plus de moyens d'émettre des messages susceptibles d'influer sur les événements le concernant. En retour, l'adulte découvre toujours davantage de moyens pour communiquer à l'enfant ses intentions d'une manière perceptible, pour adapter son attitude au besoin exprimé par l'enfant ou encore pour obtenir que ce dernier participe volontiers à ce qu'on lui propose. Cette communication permet à l'enfant d'anticiper les événements dans leur globalité. C'est un moyen pour qu'il n'accepte pas les soins de façon passive, soit sollicité à y prendre part activement. De plus, si l'adulte n'exige pas cette participation mais la rend possible en l'encourageant et en l'appréciant, l'enfant, dont les rapports avec l'adulte sont bons, profite en général de cette vraie possibilité de coopération qui lui est offerte et progresse vers l'autonomie.

L'autonomie n'est pas une fin en soi : elle n'a de véritable valeur que si elle est accompagnée pour l'enfant par le plaisir de faire par soi-même ; si cette indépendance est considérée par lui comme un bien précieux dont il peut user dans certaines limites.

Autonomie et intégration sociale

Tout en respectant son besoin d'autonomie, il est nécessaire que l'adulte guide l'enfant sur la voie de l'intégration sociale par des limites claires, bien énoncées, sans le presser, sans aucune colère ni jugement négatif, d'une façon ferme en même temps

que compréhensive, en lui faisant accepter les exigences de la réalité et des règles sociales. L'aider à se situer dans le monde environnant signifie aussi l'aider à connaître les limites, réalités, intérêts des autres. Car le « laisser faire », souvent considéré de façon critique comme source d'« égoïsme » chez l'enfant, suscite en fait un réel sentiment d'abandon chez lui. Il n'est pas considéré par lui comme un signe de compréhension ou de confiance de la part de l'adulte mais comme une marque de faiblesse et d'impuissance de ce dernier. De plus, le « laisser faire » n'est pas une attitude qu'on peut tenir longtemps. Vient toujours un moment où l'adulte doit reprendre le contrôle de la situation. Il risque alors d'être acculé à utiliser la force, voire la violence. Le « laisser faire » est donc un danger pour les deux partenaires. Alors que si nous parvenons à vraiment avoir confiance dans les capacités de l'enfant, nous accédons à la conviction qu'une relation fondée sur la confiance mutuelle aide l'enfant à suivre nos propositions, à prendre en compte les règles que nous lui présentons, même si cela ne se passe pas toujours sans conflits. Les conflits d'opposition deviennent temps de négociation si l'adulte aide et soutient l'élaboration d'une véritable autonomie chez l'enfant et son intégration sociale en lui donnant un espace de liberté, la possibilité de prendre des décisions, d'exercer ses capacités tout en lui indiquant avec précision les limites à ne pas transgresser.

L'autonomie du jeune enfant est d'un grand intérêt pour sa relation à lui-même, au monde environnant et dans ses relations interpersonnelles. Elle est structurante si l'on ne tombe pas dans les trois grands « pièges » de la fausse autonomie :

- le conditionnement ;
- une exigence de précocité dont peut découler une attitude d'indifférence et d'abandon ;
- une attitude de « laisser faire ».

Il n'existe pas un « apprentissage de l'autonomie » : on ne « rend » pas l'enfant autonome... ; il le devient, accompagné dans son évolution par des adultes attentifs et bienveillants. ■

Bibliographie

Falk J., 2003, « Les fondements d'une vraie autonomie chez le jeune enfant » (diffusion par l'APLF sous forme de photocopié).

Tardos A., 1984, « Autonomie et/ou dépendance. Dilemme autour de l'éducation du nourrisson » / « L'influence de la relation adulte/enfant sur l'activité autonome de l'enfant et vice versa » (diffusion par l'APLF sous forme de photocopié).

Vincze M., 1984, « Coopération, pourquoi ? A propos de la table de change » (diffusion par l'APLF sous forme de photocopié).

Tardos A., Vasseur-Paumelle A., 1991, « Règles et limites en crèche : acquisitions des attitudes sociales » in *Journal de pédiatrie et de puériculture*, 7.

Tardos A., 1975, « Les tâches de l'adulte concernant l'activité ludique de l'enfant » (diffusion par l'APLF sous forme de photocopié).

Vidéo

Les fondements d'une vraie autonomie chez le jeune enfant

Ce document conçu par J. Falk est une illustration de son article du même nom sur l'autonomie du très jeune enfant dans les différents moments de sa vie : les temps de motricité libre, les temps de change et de repas.

Tous ces documents sont disponibles à l'Association Pikler Lóczy de France
20, rue de Dantzig - 75015 Paris
Tél. : 01 53 68 93 50
E-mail : pikler-loczy@wanadoo.fr