

Du « time-out » au « time-in » : comment accompagner les enfants dans le retour au calme plutôt que les laisser à eux-mêmes

Compte-rendu de lecture par Lise Parent, Centre provincial de ressources préscolaires

Depuis longtemps, le « time-out », que l'on désigne en français par la suspension de renforcement ou moment à l'écart, est perçu comme la solution par excellence pour tenter de réduire les comportements dérangeants des enfants. Pourtant certains auteurs remettent en question cette pratique. Dans l'édition d'automne 2008 de la revue *Interaction*, publiée par la Fédération canadienne des services de garde à l'enfance, la suspension de renforcement n'est plus présentée comme la solution idéale. Dans un article rédigé par Jan Blaxall dans la section Idées, le moment à l'écart devrait être remplacé par un moment de réconfort avec l'enfant, dans lequel celui-ci est accompagné par l'éducatrice dans le retour au calme.

Différents chercheurs ont tenté de vérifier si la pratique du moment à l'écart est appropriée à la lumière de ce qu'on connaît actuellement à propos du développement des enfants. Blaxall rapporte que selon Gartrell, les jeunes enfants « [...] ont de la difficulté à conceptualiser les complexités des situations sociales. La capacité des jeunes enfants de réfléchir à ce qui s'est produit est limitée, surtout lorsqu'on les envoie s'asseoir seuls sur une chaise » (p. 18). Selon Jan Blaxall, « Les enfants d'âge préscolaire ont aussi de la difficulté à établir un lien de cause à effet, même lorsque ce lien est très rapproché dans le temps et dans l'espace. » (p. 18). Les enfants ont besoin de l'aide d'un adulte pour réfléchir. Un enfant laissé à lui-même n'est pas en mesure de relier le fait d'être assis sur une chaise à un geste qu'il a posé spontanément. Les enfants perçoivent cette stratégie comme une punition, ce qui a comme effet de réduire l'estime de soi des enfants et d'augmenter des sentiments de colère contre les éducatrices et du personnel des centres préscolaires.

Pour l'auteure, « la recherche sur la perception qu'ont les enfants de la suspension de renforcement indique que les jeunes enfants n'arrivent pas à mieux comprendre leur comportement lorsque cette technique est appliquée. Ils vivent plutôt de la tristesse, de la solitude et de la peur et ils se sentent dépréciés par leur intervenante et laissés de côté par leurs pairs. » (p. 18).

La conséquence pour l'enfant du moment à l'écart est qu'il ressent ce geste comme de la négligence à son endroit. Les autres enfants ont tendance à l'exclure eux aussi car ils ne veulent pas être en relation avec un enfant qui se comporte mal. L'auteure rapporte que selon David Elkind, le moment à l'écart entraîne souvent de la colère chez l'enfant, parce que la cause sous-jacente de la mauvaise conduite n'a pas été reconnue ni résolue.

La majorité des enfants ont besoin d'apprendre comment bien agir et bien se comporter. Il ne faut pas oublier que notre rôle est de leur apprendre comment bien agir et de les guider dans l'adoption d'un comportement approprié. Nous devons leur apprendre la maîtrise de soi et ensuite les aider à réfléchir aux conséquences. La plupart des auteurs

s'entendent pour reconnaître l'importance de retirer l'enfant d'une situation où sa sécurité ou celle de ses pairs est en danger.

Plusieurs spécialistes comme Elkind, Weinniger et Milnes proposent un moment de réconfort ou de soutien affectif pendant lequel l'éducatrice s'assoit près de l'enfant et l'aide à retrouver son calme. Dans cette approche, l'éducatrice reconnaît que l'enfant a besoin de recevoir de l'aide pour arriver à se calmer. Selon Jan Blaxall, lorsque l'enfant est calmé, « [...] il est avantageux pour sa connaissance de soi de lui parler de ses sentiments, de ses perceptions et de ses intentions » (p. 21). Parler à l'enfant permet de maintenir le contact avec lui, l'enfant se sent important et il sait qu'il peut recevoir de l'aide pour l'aider à comprendre ses sentiments et gérer ses émotions. Parler et écouter les enfants sont encore la meilleure façon de leur communiquer ce que nous attendons d'eux. Pour les enfants comme pour les adultes, il existe différentes façons de se calmer. Chacun doit trouver sa manière particulière de retrouver le calme. Les éducatrices doivent aussi accompagner les enfants dans cette tâche délicate.

Source

Blaxall, Jan (2008). « Suspension de renforcement ou réconfort? » *Interaction*, automne 2008, p. 17 à 21.