



## **Des amis qui sont compatibles: Aider les enfants à naviguer au sein des relations qu'ils entretiennent avec leurs pairs**

**par Dr. Deborah MacNamara**

---

Pour la plupart des enfants, il fut un temps où l'aspect le plus compliqué de l'école était inhérent aux travaux scolaires et à l'apprentissage académique. Désormais, les journées qui s'avèrent être les plus problématiques pour les élèves, concernent peu les préoccupations relatives à leurs devoirs, mais plutôt les agissements de leurs pairs. Bien que l'intimidation ait toujours existé, de même que les disputes sur les terrains de jeux, la culture contemporaine des jeunes a considérablement changé, apportant conséquemment avec elle de nouveaux enjeux.

En 2011, une étude intégrée de 15 ans portant sur les jeunes nord-américains a révélé une diminution de 40 % du degré d'empathie ainsi qu'une baisse de 35 % afférente à la capacité de prendre en considération le point de vue d'autrui. Cette absence de compassion et de bienveillance est évidente quand il s'agit des interactions avec les pairs. De plus, elle a modifié la nature de nos salles de classe, de nos cafétérias et de nos terrains de jeux.

Selon l'Institut national de la santé mentale, l'intimidation est dorénavant la préoccupation prédominante des parents. En effet, il semblerait qu'un tiers des enfants déclarent avoir été victimes d'intimidation sur une période de six semaines. Par surcroît, ils reviennent de l'école dans divers états émotionnels, et cela, selon la nature des interactions qu'ils ont expérimentées avec leurs pairs.

### **Qu'est-ce qui suscitent les changements propres aux relations entre pairs?**

L'un des plus grands défis que rencontrent les enfants en milieu scolaire consiste dans le fait que les relations dans les salles de classe sont orientées davantage vers les pairs. Le terme « orientation vers les pairs » signifie le fusionnement des enfants les uns aux autres, et ce, dans le but de répondre à leurs besoins respectifs en matière d'attachement. En réalité, un nombre incalculable d'enfants se servent des relations entre pairs pour combler l'absence de liens avec les adultes qui partagent leur vie.

Le phénomène de l'orientation vers les pairs a initialement été abordé par Gordon Neufeld, psychologue clinicien et du développement, et Gabor Maté, médecin, dans leur ouvrage à succès intitulé : « *Retrouver son rôle de parent* ». Entre autres, l'orientation vers les pairs est attribuable aux niveaux grandissants de séparation qui prévalent désormais entre les enfants et leurs parents, à la quantité accrue de temps que les enfants vouent à leurs pairs, de même qu'à la pression exercée sur les enfants pour les inciter à socialiser avec des camarades d'âge similaire.

Le défi que nous rencontrons avec les enfants qui sont orientés vers les pairs est qu'ils ne sont pas aisément influencés et dirigés par les adultes qui se trouvent dans leur vie, et ce, qu'il s'agisse des enseignants ou des parents. Ils seront enclins à suivre des directives et ils assumeront des valeurs qui sont conformes à la culture véhiculée par leurs pairs. Par conséquent, cela entraîne un comportement

immature et, à l'extrême, une agressivité et une hostilité envers ceux qui ne font pas partie de leur entourage.

Lorsque les enfants se mettent en clans, sans se tourner vers un adulte pour les guider, le contexte rencontré est similaire à celui qui est décrit dans le livre de William Golding, « Sa Majesté des Mouches ». Leur attitude et leur comportement risquent de devenir cruels, de sorte qu'ils peuvent laisser derrière eux une succession d'enfants meurtris.

Une différence doit être établie entre le fait d'avoir des amis et le fait d'être fusionné avec eux pour combler ses besoins relationnels. Si nous percevons qu'un enfant s'oriente exclusivement vers ses pairs, la toute première chose à envisager sera de rétablir ses relations avec les adultes. L'orientation entre pairs peut provoquer une interruption du développement, une perte d'enseignabilité et une inhibition affective.

### **Des stratégies pour aider les enfants à naviguer au milieu des relations qu'ils entretiennent avec leurs pairs**

1. **Privilégier l'attachement aux adultes dans le contexte scolaire et à l'extérieur de celui-ci** – Il convient de mentionner, que l'une des principales mesures de protection pour contrer les blessures qui surviennent en milieu scolaire, consiste, pour l'enfant, de s'attacher à des adultes bienveillants. Alors que les enfants se soucient davantage de ce que leurs adultes pensent d'eux, leur cœur sera davantage préservé des paroles blessantes qui sont émises par leurs pairs. D'ailleurs, il est primordial que l'enfant maintienne de bonnes relations avec son enseignant, et ce, notamment au cours des toutes premières années de sa vie. Si votre enfant éprouve des difficultés, le fait de demander à un professeur de communiquer avec lui et de vérifier son état, et ce dans la mesure du possible, s'avère être une stratégie enviable pour améliorer les conditions de l'enfant. Au moment où un élève sent qu'il peut se fier à son enseignant, le stress de la journée d'école ainsi que le contexte scolaire peuvent devenir d'autant plus gérables.
2. **Structurer le temps libre** – Les problèmes avec les pairs surviennent le plus souvent quand il existe peu de surveillance de la part des adultes et durant les temps libres. Au moment où ils sont laissés à eux-mêmes, les enfants orientés vers leurs pairs peuvent se réunir en clans et tourmenter les enfants dans la cafétéria ou sur les terrains de jeux. L'une des stratégies les plus efficaces pour mettre un frein à de tels comportements est de s'assurer que les adultes supervisent les enfants pendant leurs temps libres. Pour cette raison, la surveillance d'un adulte permet de tempérer, surveiller et gérer un comportement orienté vers les pairs, lorsque celui-ci ne se conforme pas aux règles et devient incontrôlable.
3. **Faire émerger les sentiments et les pensées des enfants** – Il est primordial d'écouter, de s'abstenir de juger ou de s'impatienter au moment où votre enfant fait un compte rendu de ce qui s'est passé à l'école. En outre, un enfant peut cesser de partager ses récits s'il estime que ses expériences seront bouleversantes pour un parent ou que ce dernier réagira fortement. Conséquemment, il est essentiel pour l'enfant qu'il soit apte à

exprimer ses sentiments et ses pensées dans un environnement rassurant, et de verser ses larmes quand cela s'avère nécessaire. S'il est en mesure de le faire, il parviendra à trouver des solutions constructives et à acquérir une meilleure compréhension des problèmes qu'ils rencontrent avec ses pairs. De plus, il sera disposé à entendre nos suggestions.

4. **Aidez-les à identifier « les amis compatibles »** – Il est approprié de discuter avec un enfant de ce qu'il considère être un « bon ami ». En fait, un « bon ami » devrait être quelqu'un avec lequel il partage des similarités et des affinités, qui ne profite pas de lui, qui le traite gentiment la plupart du temps, et avec lequel il se sent à l'aise. Aider un enfant à exprimer à quoi ressemble et comment agit un « ami compatible », lui procure le sentiment qu'il est en mesure de choisir ses amis et de trouver ceux qui lui correspondent le mieux. De plus, cela valide son intuition à l'égard des autres enfants, en lui permettant de discerner qui n'est pas un ami véritable et dans quelles situations il se sent inconfortable. Le terme « compatible » permet également de ne pas employer un langage discriminatoire qui présente les autres enfants comme étant soit « mauvais », ou soit « bon ». Par chance, un enfant qui possède un cœur tendre et qui entretient de saines relations avec ses adultes sera attiré par des enfants semblables à lui.
5. **Intervenir lorsque c'est nécessaire** – La supervision peut atténuer de nombreuses disputes de même que des problèmes entre les pairs. Ainsi, il peut être judicieux de faire appel à un enseignant afin qu'il s'immisce dans une discussion. Il arrive quelquefois que les professeurs ne réalisent pas qu'un enfant éprouve des difficultés quant aux relations qu'il entretient avec ses pairs. Cependant, s'ils en étaient avisés, cela leur procurerait des informations inestimables concernant la façon dont l'enfant se débrouille et se comporte dans la classe. Préférentiellement, les discussions avec les enseignants se déroulent en privé, de manière à ce que les préoccupations de l'enfant ne soient pas révélées ouvertement aux autres élèves ou aux parents de ces derniers. Il est essentiel de noter que la dissimulation et la demande d'intimité protègent la dignité de l'enfant et ne dévoilent pas démesurément ses difficultés. Ce faisant, l'enfant sera moins vulnérable face à ses pairs. En partageant vos inquiétudes avec un professeur, proposez-lui des solutions concrètes, telles que déplacer le bureau de votre enfant, ou de le jumeler à d'autres enfants lors d'un travail d'équipe.

Les amitiés entre les pairs aident les enfants à grandir et elles leurs donnent l'occasion de rencontrer des camarades qui partagent les mêmes intérêts qu'eux. Il est tout aussi important d'aider les enfants à naviguer sur le terrain de l'amitié que de ne pas forcer des liens dans des situations où il est évident qu'il est impossible d'établir une relation. Il arrive souvent que nos intentions cachent ce désir pressant de vouloir que nos enfants s'entendent entre eux. Bien que cette approche ait du mérite, elle ne tient pas compte du fait que ce ne seront pas tous les enfants qui vont s'apprécier ou faire bon ménage.

Les enfants ont besoin de sentir qu'ils sont aptes à choisir des « amis compatibles », et qu'ils peuvent être guidés par des adultes sur la manière d'aborder les relations difficiles entre pairs, lorsque celles-ci surviennent. Ils seront malheureusement blessés par leurs pairs, mais l'aspect positif réside dans le fait

que les blessures qui en résultent n'ont pas à être profondes. En effet, les relations avec les adultes en milieu scolaire et à l'extérieur ont la capacité de protéger le cœur d'un enfant des plus graves blessures infligées par leurs pairs.

© Tous droits réservés Dre Deborah MacNamara

**Dre Deborah MacNamara** est conseillère clinique et éducatrice, membre du corps professoral de l'Institut Neufeld, auteure de ***Grandir, jouer, s'épanouir***, ainsi que directrice de **Kid's Best Bet**, un centre de consultation et de ressources familiales.

Elle a plus de 25 ans d'expérience auprès des enfants, des adolescents et des adultes. Elle parle régulièrement du développement des enfants et des adolescents aux parents, aux services de garde, aux éducateurs et aux professionnels en santé mentale. Pour de plus amples renseignements, veuillez visiter [www.macnamara.ca](http://www.macnamara.ca) et [www.neufeldinstitute.org](http://www.neufeldinstitute.org).