

# VOUS ET VOTRE ENFANT D'ÂGE PRÉSCOLAIRE



pour les  
femmes

*Les enfants âgés de trois à cinq ans deviennent graduellement des individus. Ils apprennent à exprimer leurs émotions de manière appropriée, à jouer normalement avec des ami(e)s et à se préparer pour fréquenter l'école. En même temps, ils s'imaginent toujours être le centre de l'univers. Ce qu'ils observent est plus réel que ce qu'on leur répète.*

**Les points suivants s'appliquent habituellement à des enfants qui grandissent entre les âges de trois et cinq ans. Quels changements avez-vous remarqués chez votre enfant d'âge préscolaire ?**

- l'enfant apprend des centaines de mots nouveaux et forme des phrases plus longues
- il prend connaissance des différences entre les garçons/hommes et les filles/femmes
- il est fier de faire certaines choses tout seul (par ex. s'habiller)
- il apprend à jouer avec d'autres enfants ... en commettant parfois des erreurs comme des coups de poing ou de pied
- les crises de colère diminuent, mais on remarque plus d'agression envers d'autres personnes comme, par exemple, des ami(e)s du même âge
- votre enfant pleurniche parfois et se montre angoissé quand vous le laissez avec une gardienne ou une autre personne semblable
- il a des cauchemars et il a peut-être peur de la noirceur et de monstres dans le placard
- il a besoin de structure, de constance et de routines, et il sera peut-être bouleversé si vous modifiez une habitude
- il veut savoir comment les choses fonctionnent et il vous demande toujours pourquoi, pourquoi, pourquoi
- sa capacité d'attention est de courte durée et il est facilement distrait
- il révèle à d'autres, même à des étrangers, des choses concernant votre famille que vous préféreriez garder privées
- il comprend les concepts de « demain » et « hier » et il conçoit que le temps est divisé en présent, passé et futur

**Chaque enfant est unique en son genre. Choisissez six mots pour décrire votre enfant d'âge préscolaire à une personne qui ne l'a jamais rencontré** (par ex. entêté, gentil, timide, intelligent, musical, imaginaire).

**Lorsqu'un enfant d'âge préscolaire est témoin de violence à la maison, il pourrait ressentir et penser des choses comme celles-ci ...**

- l'enfant pourrait s'inquiéter de sa propre sécurité et craindre de subir des blessures
- il pourrait se sentir responsable, parce qu'il croit que tout ce qui se passe dans le monde est relié à son existence
- il pourrait espérer qu'un personnage de la télévision ou un super-héros viendra le sauver
- il pourrait « éliminer » le vacarme en se concentrant sur quelque chose d'autre
- il pourrait avoir peur d'être arrêté et détenu par la police si papa était arrêté ou s'il partait
- il pourrait craindre que maman sera amenée par la police si papa a été arrêté
- il pourrait faire des mauvais rêves dans lesquels on le maltraite
- il pourrait tenter de mettre fin au problème, par exemple, en interpellant l'agresseur

**Ce que votre enfant d'âge préscolaire pourrait ressentir maintenant**

Les enfants ne devraient pas vivre dans une atmosphère de violence. Partir est donc la meilleure chose que vous puissiez faire dans un tel cas. Il faut cependant mentionner que les enfants d'âge préscolaire ont souvent des sentiments et des croyances qui semblent étranges aux adultes.

- confusion** – l'enfant ne comprend pas pourquoi des gens disent des choses désagréables au sujet de papa  
– l'enfant ne comprend pas pourquoi papa ne peut plus vivre avec eux

- angoisse**
- angoisse parce que maman est bouleversée
  - angoisse à cause d'un environnement inconnu dans un centre d'hébergement ou une nouvelle résidence
  - angoisse à cause de l'abandon de routines familiales et de la perte d'objets précieux laissés à la maison
  - angoisse à cause d'un flot d'émotions et parce que l'enfant ne sait pas comment les maîtriser
  - angoisse que vous pourriez remarquer quand l'enfant semble avoir perdu des acquis (par ex. l'habitude d'utiliser la chaise percée)
- culpabilité** – l'enfant se sent coupable parce qu'il se blâme
- chagrin**
- l'enfant a de la peine parce qu'il ne voit plus son papa, ainsi que d'autres membres de sa parenté paternelle
  - il a de la peine parce qu'il n'a plus l'ancienne maison, ses vieux amis, ses jouets et d'autres possessions qu'il aimait bien
- crainte**
- la peur d'être abandonné : si papa m'a quitté, est-ce que maman va partir elle aussi ?
  - une appréhension pour sa sécurité personnelle : si cela se reproduit, est-ce que je vais être blessé ?

**Ces sentiments et ces croyances sont des réactions normales à une situation exceptionnelle. Savez-vous ce que votre enfant d'âge préscolaire ressent et pense à l'heure actuelle ?**

**Ce que vous pourriez ressentir au sujet de votre enfant d'âge préscolaire ...**

- trahison** ...si l'enfant mentionne que son père lui manque
- confusion** ...si l'enfant ne semble pas bouleversé par ce qui vous arrive
- inquiétude** ...si vous croyez que la violence lui a causé des torts irréparables ou est la raison de son mauvais comportement
- culpabilité** ...si vous regrettez que son père ne soit pas un homme fiable et affectueux

### **Comment expliquer la violence à votre enfant d'âge préscolaire**

Pour l'enfant, le présent est toujours beaucoup plus important que ce qui s'est produit dans le passé. En fait, il pourrait ne pas sembler trop affecté (à moins qu'il ne s'aperçoive que vous êtes bouleversée). Si l'agresseur était un homme à qui il était émotionnellement attaché ... s'il était son « papa » ... l'enfant éprouvera les mêmes émotions que provoquerait un divorce. Vous devez être prudente quand il s'agit de blâmer le père pour la violence ou la séparation. Tout ce que l'enfant a besoin de savoir, c'est que maman et papa ne peuvent plus vivre ensemble. Plus tard, l'enfant comprendra ces choses-là comme le ferait un adulte. Pour l'instant, il suffit de dire à l'enfant qu'il n'est aucunement responsable de ce qui s'est produit, qu'on continue de l'aimer et que maman fera tout ce qui est nécessaire pour assurer sa sécurité.

### **Comment aider votre enfant d'âge préscolaire**

- en reprenant (ou en établissant) aussi vite que possible des routines familiales ... car elles sont réconfortantes
- en lui répétant que vous l'aimez et en lui donnant beaucoup d'affection et d'attention
- en aidant votre enfant à se convaincre qu'il n'est absolument pas responsable de ce qui s'est produit entre deux adultes
- en acceptant la responsabilité pour la décision de partir (si vous avez quitté votre conjoint)
- en ne comptant pas sur votre enfant comme source de soutien émotionnel; vous devriez plutôt faire appel à des ami(e)s, à des membres de la famille ou à des professionnels
- en établissant des règles claires et des conséquences prévisibles en cas de manquement, pour que votre enfant sache bien ce à quoi vous vous attendez
- en vous fiant, si nécessaire, à un bon centre de puériculture, pour vous laisser du temps libre et pour aider votre enfant à se préparer pour l'école
- en lisant, avec votre enfant, un livre approprié pour son âge (voyez la page 45)
- en lui enseignant que « les mains ne sont pas faites pour frapper » ; elles devraient plutôt servir à chatouiller, à dessiner, à manipuler des marionnettes, etc.
- en prenant bien soin de votre santé ... car votre enfant a besoin de vous