

FORMATION ANIMÉE PAR LE DR BOUTSEN - Spa, le 5.2.99

« Les besoins émotionnels de l'enfant »

2ème partie : les rythmes et les enjeux de l'alimentation.

Introduction :

Comment s'alimenter sans passer par des symptômes comme l'anorexie (refus de manger), la boulimie, l'obésité ?

Voyons d'abord **quels sont les buts de la nutrition**

1. Se nourrir bien sûr, recevoir les substances (vitamines, glucides, protéines,...) dont nous avons besoin pour notre **croissance**.
2. Mais le repas est aussi un **moment de contact fondamental** où tous nos sens sont sollicités.
3. C'est également un **moment de communication**.

Les enjeux de l'alimentation .

* ***Stimulation des 5 sens :***

Le repas stimule, chez le bébé :

- Son sens du toucher puisqu'il est touché : chaleur, douceur de la peau,...
- Son ouïe (bruits, on lui parle, cœur de la maman,...)
- Son sens du goût
- Son odorat
- Sa vision (on le regarde, il a à voir).

Les 5 sens sont donc activés. Cela peut se passer dans un contexte de plaisir, de quiétude, de sérénité, ou au contraire dans un contexte de tensions, de cris, d'absence de regard.

* ***Construction du schéma sensations -perceptions - associations.***

L'enfant intègre donc à travers le repas de nombreuses sensations ; plus celles-ci seront cohérentes et répétées dans le bon sens, plus il apprendra à différencier ses sensations. Plus tard, il va, à partir de ses sensations, construire des perceptions c-à-d qu'il va mieux les comprendre, faire des associations.

* ***Construction du rythme sommeil - éveil.***

- Le bébé est réveillé par la faim (= tension interne).
Il mange, sent son estomac plein puis se rendort. Il se réveille à nouveau pour manger. .
Des repas réguliers vont permettre au bébé de structurer son sommeil, son rythme jour/nuit.

* **Manger met en présence : bouche + langue + mamelon + lait**

Par la bouche, l'enfant reçoit, il est passif (cf. oisillon)

Par la langue, il peut être actif, téter. Des caractères vont apparaître : l'enfant goulu, celui qui prend son temps...Le caractère de l'enfant va influencer le comportement du parent (un gros ou un petit mangeur rend l'adulte autre).

La façon dont le mamelon ou la tétine sont présentés à l'enfant est importante. Comment la sensation de faim va-t-elle être intégrée dans une sensation de plaisir ? Le lait : si le parent donne le meilleur à son enfant, cela renforce l'enchaînement sensations - perceptions - associations. Mais si le lait est sûr, ou grumeleux, ou froid, ou si c'est de la bière ? Si on donne n'importe quoi, l'enfant perçoit cette différence de qualité. L'enfant comprend bien les choses : il va aimer son repas si celui-ci lui est donné dans un cadre positif (exemple du bébé méditerranéen qui aime le goût d'ail). Si un enfant est allergique, il faut se demander s'il réagit au lait en tant que structure (dans ce cas on trouvera la molécule incriminée) ou au lait en tant que ce qu'il représente.

A travers le lait, l'enfant expérimente aussi la sensation de chaleur.

En lui donnant son lait, la maman parle à son bébé. Celui-ci va alors exprimer des signes de plaisir ou de dégoût. Tout ce langage de la mère ou du père autour du repas est important, développe le sens gustatif mais aussi auditif du bébé (« *Mm, que c'est bon !, comme tu manges bien . !...* »).

Le lait arrive dans l'estomac : le bébé éprouve des sensations de pesanteur, d'être plein. Les paroles de l'adulte à ce moment, associées à ce que le bébé ressent, l'aident à construire ses sensations - perceptions - associations (C'est l'adulte qui, en décodant, apprend à l'enfant pourquoi il pleure « Tu as faim, tu as soif, tu as fait pipi, caca, tu es mouillé... L'enfant pose des questions de diverses façons, il a besoin d'être écouté et de recevoir des réponses »).

Ensuite le lait descend, des gaz se forment qui donnent au bébé une sensation de dilatation, il entend des gargouillements. Il fait caca et a une expérience de vidange. De nouveau, les parents parlent à l'enfant à chaque étape : c'est ainsi, en fonction de la qualité des soins de l'alimentation, qu'il construit des associations.

Pourquoi est-il important que le bébé puisse bien construire ses sensations - perceptions - associations ? Parce que cela participe au développement de l'intelligence, c'est un support de fantasmes pour l'enfant.

SENSATIONS

L'enfant reçoit passivement des impressions. Chez les enfants ayant des problèmes cérébraux la passivité est énorme ^ il faut augmenter les sensations pour qu'ils fassent des associations.

PERCEPTIONS

L'enfant devient actif. Il ressent la faim (= sensation interne) et il a compris que, pas son activité (téter), il diminue cette sensation de faim et arrive à une sensation de plénitude, d'être rassasié, associée au plaisir.

ASSOCIATIONS

L'enfant intelligent sait de lui-même imiter, répéter, associer (avec une capacité de représentation). Cette capacité de construire des associations est une matrice de protofantasmes (ébauches de rêverie à l'état de veille).

Le refus alimentaire .

Si un enfant présente des signes de refus alimentaire, il faut se demander **ce qu'il refuse** :

- . Le lait⁹
- • La personne qui le nourrit⁹
L'état émotionnel transitoire de cette personne (énervement...)⁷
Un vécu antérieur⁹

Il faut aussi s'interroger sur **ce que pense l'adulte** à propos de cette notion de manger ou de refuser de manger : - « Il me rejette »

- « Petit con ! après tout le mal que je me suis donné pour faire les courses et préparer le repas après ma journée de boulot ! ».

Question : *L'enfant qui n'a pas appris à être actif, celui qui n'a pas eu ces sensations -perceptions - associations quand il était bébé peut-il rattraper tout cela plus tard ?*

Réponse : *L'enfant qui a eu un mauvais départ mais est ensuite bien stimulé peut commencer à grandir. Cependant il restera un décalage par rapport à l'enfant « normal ». Cet écart peut se réduire ou s'aggraver. Il faut tenir compte de tout ce que l'enfant va mettre en place pour évoluer ; Quelles sont les dynamiques d'évolution ?*

- *Par exemple, un nouveau lien d'attachement via une famille d'accueil, un autre modèle d'adulte. L'enfant peut accepter ou refuser ce nouveau modèle parental pour diverses raisons : loyauté vis-à-vis des parents de sang, refus du deuil d'une mère non-soignante...*
- *Parfois, il faut faire le deuil d'une évolution : l'enfant se dit qu'il vaut mieux du connu désagréable que de l'agréable inconnu ^ il reproduit ce qu'il a connu (sinon angoisse).*
- *Il faut reconnaître ces dommages chez l'enfant pour pouvoir agir de manière optimale et adéquate.*

Le sevrage.

Dès sa naissance, l'enfant est soumis à une forme de sevrage puisqu'il n'a plus l'alimentation continue via le cordon ombilical. S'il ne veut pas mourir, il doit quitter ce paradis.

Comment va-t-il devenir autonome ?

Le sevrage, c'est : - passer du sein au biberon

- mais aussi passer de l'alimentation liquide à l'alimentation +/- solide (panade, repas moulu)
- passer de la passivité à l'activité (processus déjà commencé au niveau de la langue) : l'enfant va commencer à tenir son biberon, sa cuiller, sa tartine. Il va essayer de saisir son aliment, de le mettre en bouche..
Il faut pouvoir supporter que cela demande du **temps** et **des « crasses »**.
Pour manger proprement, il faut d'abord sentir que sa bouche est sale.

Ce qui est en jeu dans le sevrage, c'est la construction de **l'autonomie de l'enfant** :
Coupe-t-il .sa viande, fait-il ses tartines ? Ou 'aime-t-il ? que n 'aime-t-il pas ? Se remplit-il on chipote-t-il ? L'adulte lui donne-t-il l'occasion d'être actif)

On retrouve ce processus d'autonomie nécessaire lors de l'apprentissage scolaire.

Permettre une autonomie à l'enfant favorise un **apprentissage**. L'enfant a le droit de dire qu'il n'aime pas mais il peut aussi goûter, se familiariser, expérimenter. A travers le repas, on présente à l'enfant une variété d'expériences, de sensations. S'il n'aime pas tel aliment, on ne l'oblige pas mais on le lui reproposera plus tard. S'il vomit, vomit-il : - quelque chose de neuf?

- l'état dans lequel je suis ?

- moi-même ?

Comment **la société** va-t-elle aider le parent à être disponible, à ne pas être terroriste
(ex : conseils des spécialistes que le parent n 'ose pas nuancer. Un enfant africain a pu manger un repas épicé avec des épices connues dans son pays parce qu 'il a reconnu quelque chose, il n 'était plus tout perdu).

Certains adultes jouent avec le lien d'attachement pour faire manger (une cuillère pour papa, pour maman...).

Certains parents nourrissent l'enfant chaque fois qu'il pleure ^ l'enfant comprend que, s'il ne va pas bien, la solution est de manger O c'est le processus de l'OBESITE.

Comment réagir face à un enfant qui ne mange pas ?

Eh non, le Dr BOUTSEN ne donne pas de recettes, mais pousse à réfléchir et dit ce qu'il ne faut pas faire.

*** S'interroger :**

- Avec qui l'enfant ne mange-t-il pas ⁹
- La façon dont *Y adulte* va intervenir est aussi liée à son *histoire* (comment a-t-il été nourri petit ? Que ressent-il si l'enfant ne mange pas , par ex angoisse « *si mon bébé ne boit pas, il va se déshydrater et mourir* »).
- Un symptôme, c'est la scène d'une opposition mais aussi d'un *malaise*. *On peut s'opposer à manger, à déféquer, à étudier. .*

*** Tous les processus de forçage n'aident pas.**

Pour des parents, éduquer un enfant, c'est lui permettre à la fois de *s'individualiser* et de *se socialiser*.

L'enfant trop proche (on le fait manger avec le petit avion, la cuillère pour papa...) va s'opposer (pour s'échapper, pour s'autonomiser) et il ira jusqu'au bout.

- * Les enfants ont du plaisir : - à construire s'ils ont eu du plaisir à détruire
 - à être propres'ils ont pu avoir du plaisir à être sales
 - à être sages à l'extérieur s'ils peuvent embêter leur monde à l'intérieur.

Il faut **éviter l'escalade**. D'autant plus que les enfants qui ne vont pas bien ont une énergie incroyable pour faire l'escalade. Il faut voir ce que la famille d'accueil représente auprès de l'enfant (« *T'es pas ma mère* »), ce que représente l'enfant pour sa famille d'accueil.

Le *lien d'attachement* permet de *contenir* l'enfant quand il est excité (quand il dépasse son rythme d'activité, sa quantité de nourriture...).

On peut introduire une *dynamique de plaisir* : changer les images que l'enfant a -*manger est important pas pour moi, mais pour avoir l'énergie défaire tout ce que tu aimes, jouer, courir, réfléchir... !*•

Ré flexions à partir de la situation présentée par une famille d'accueil :

Il .s'agit d'un enfant ayant vécu une petite enfance très chaotique, des abandons successifs, un sevrage brutal de biberon et de sucette vers 2 ans. Cet enfant se préoccupe beaucoup de son poids, ne veut ni grossir ni grandir, jette sa nourriture à la poubelle en prétendant avoir mangé ; quand quelque chose ne va pas dans sa famille d'origine, ce la retombe tout de suite sur la façon de s'alimenter. Actuellement, l'enfant ne mange pas beaucoup, mais de tout, a envie de goûter, vient voir ce que sa mère d'accueil cuisine (pour se rassurer sur ce qu'on va lui servir).

1. Représentation de la nourriture que se fait l'enfant ?

<=> montre-t-il des angoisses ?

« manger ou refuser de manger, c'est lié à la vie et à la mort », dit un participant. L'enfant demande ainsi :

- « Pour qui est-ce que je compte ? » c-à-d. qu'est-ce que j'ai fait pour que mes parents d'origine me traitent comme ils l'ont fait ? Même si l'enfant leur pardonne beaucoup, nous devons pouvoir lui dire que certaines choses ne sont pas justes.
- « Est-ce que j'ai ma place ? » (cf. « Tu serais triste si j'étais morte ? »).
- « Est-ce que c'est bien de vivre ? ».

Quels outils les enfants vont-ils se donner pour exprimer toutes ces angoisses existentielles et les traumatismes de leur petite enfance ?

Le problème, c'est que toutes ces angoisses des enfants réactivent ce/les des adultes <=> cercle vicieux car les angoisses des adultes réalimentent celles des enfants.

2. L'enfant refuse-t-il la relation ?

L'enfant abandonnique refuse d'avaler la dernière bouchée car il refuse la perte, la fin de quelque chose

3. Comment désamorcer tous ces processus de conflictualité ?

- Dévier sur d'autres choses : - par l'humour (renforcer de façon comique un comportement exaspérant) - par le silence - en le surprenant (réagir très vite ou ne pas réagir...).
- Il n'y a pas de recette. Simplement, il faut éviter d'alimenter le conflit.

4. Dire ses EMOTIONS.

Comment puis-je dire ma haine, ma colère, ma détresse ? Il est légitime de pouvoir dire j'aime, je n'aime pas, je déteste.

Certaines émotions sont indicibles & je vais les dire à travers des comportements répétitifs.

^Enfant passif] se taire •=> \Enfant actif] exprimer ^\Enfant entendu ?\ <=> S'il est entendu, l'enfant élaborera des stratégies de réparation

ex :- un enfant peut être soulagé par le suicide de son père <=> « oui, ce n'était pas ton boulot de le soutenir à vivre ». Il peut aussi être en colère d'être abandonné.

- Et si mon enfant dit de l'enfant accueilli « Quand est-ce qu'elle retourne, celle-là ? », on peut lui répondre « Tu as le droit de penser cela dans ta tête, mais pas de le dirfy devant ta petite sœur. Tu me le dis à moi » Mais peut-être l'enfant est-il ainsi le porte-parole des autres ?

Question : Comment l'enfant peut-il montrer ses émotions quand il garde tout ?

Décharges motrices.

- Psychomotricité : jeux avec un coussin en mousse qui encaisse mais reste toujours le même.
- Si un enfant ne montre pas ses émotions, se demander comment moi, je fais pour les montrer, me voit-il les montrer ?