

LE TERRIBLE TWO

(OU CRISE DES DEUX ANS)
EXPLIQUÉ



La crise des deux ans à la lumière du processus de développement de l'enfant

La phase dite du "terrible two" est caractérisée par une forte **opposition**. C'est l'âge de l'**autonomie**, de la volonté de faire tout seul et du **NON**. Elle correspond à l'**étape de développement** où un enfant commence à comprendre qu'il ne peut pas nécessairement obtenir satisfaction alors même que ses compétences motrices se développent.



UN CERVEAU ENCORE IMMATURE

Les jeunes enfants subissent leurs **émotions** sans filtre. Il leur est impossible de **s'apaiser** seuls ou de prendre du recul sur ce qu'ils sont en train de vivre. La capacité **d'inhibition** des jeunes enfants est également en cours de maturation et leur **impulsivité** est normale.

DES BESOINS EN CONFLIT À 2 ANS

Deux besoins fondamentaux entrent en conflit :

- Le besoin de vivre en **relation**,
- Le besoin de **s'individualiser**.



EXPÉRIMENTER SON AUTONOMIE

L'instinct de **contrevolonté** se déclenche chaque fois que les jeunes enfants se sentent **contrôlés** ou contraints par les adultes.

Une étape à célébrer

La capacité à dire non des jeunes enfants est **épuisante** pour les parents mais elle est avant tout une réussite développementale à célébrer car elle joue un rôle critique dans la **préservation du soi** et dans le fait de devenir une personne **distincte**.

« Si un parent donne une instruction ou une directive sans engager les instincts d'attachement de l'enfant, celui-ci peut se sentir contraint et contrôlé, pavant ainsi la voie à une réponse de contrevolonté. »

Deborah Macnamara



Faire face à l'opposition des jeunes enfants

- Dire quelque chose comme : « **Oui, je sais que tu n'aimes pas ça, parfois, quand je te dis quoi faire.** »
- Cultiver un **attachement** solide qui nourrit les besoins d'appartenance et d'utilité de l'enfant (manger tous ensemble à table, participation des enfants sous forme de jeu aux tâches domestiques, éviter le coin...)
- Entrer dans l'**imaginaire** de l'enfant (orienter son jeu vers ce qu'il a à faire, utiliser l'**humour**)
- Utiliser des images ou **tableau de routine** pour afficher le déroulé de la journée

Garder en tête que

1. le fait d'avoir sa **propre opinion** (donc différente de la notre) est un bénéfice développemental pour l'enfant;
2. la coopération de l'enfant peut être obtenue sans recours aux punitions ni aux récompenses mais par la connexion et l'**empathie**;
3. l'opposition peut être le résultat d'impossibilité motrice, de l'**oubli** ou du **manque de compréhension** d'une consigne.