

Faire grandir le cerveau en douceur

LE LIVRE | Une pédiatre plaide en faveur d'une relation empathique avec les enfants, décisive pour un bon développement cérébral.

Par [Sandrine Cabut](#)

Publié le 17 mars 2014 à 16h52,

C'est le genre d'ouvrage à brandir lorsque l'on vous reproche d'être trop tendre avec votre petit dernier et, bien au-delà, une excellente lecture pour les parents qui cherchent le meilleur chemin pour aider leur enfant à grandir. Dans *Pour une enfance heureuse*, le docteur Catherine Gueguen invite, comme le précise le sous-titre, à « *repenser l'éducation à la lumière des dernières découvertes sur le cerveau* ». Les adultes connaissent bien l'âge des éruptions dentaires ou celui de la marche, mais « *très peu connaissent le développement de la vie affective et des réactions émotionnelles* », constate la pédiatre, spécialiste du soutien à la parentalité. *Cette méconnaissance conduit à des attitudes souvent inadaptées à l'âge de l'enfant et qui sont très préjudiciables pour lui* ». S'appuyant sur les travaux récents de spécialistes, expliqués de façon très claire et grâce à des exemples concrets, elle montre combien la maturation du cerveau du petit d'homme est façonnée par les relations avec ses parents et ses proches. Et ce, dans un sens comme dans l'autre.

On y découvre le cortex orbito-frontal (COF), une aire qui joue un rôle « *essentiel* » dans les capacités d'affection, d'empathie, la régulation des émotions, le développement du sens moral et de l'aptitude à prendre des décisions. Une étude de 2010, menée chez des enfants de 14 ans montre que chez ceux qui ont subi des punitions corporelles, le COF « *présente des altérations importantes et diminue de volume* », et on observe des troubles du développement émotionnel et social. Catherine Gueguen cite aussi des travaux qui montrent un faible développement du COF chez les orphelins en Roumanie, « *conséquence directe de la négligence subie par ces enfants qui n'ont reçu ni attention ni affection* ». Inversement, si les parents apportent sécurité affective et écoute, les circuits du COF se renforcent progressivement entre 5 et 7 ans.

EMPREINTE INCONSCIENTE ET DURABLE

De même, la pédiatre souligne le rôle fondamental de l'amygdale, structure cérébrale impliquée dans la mémoire émotionnelle inconsciente. Celle-ci étant mature dès la naissance, « *tous les souvenirs de peur vécus pendant l'enfance gardent une empreinte dans l'amygdale, de façon inconsciente et durable* », écrit l'auteure, qui pointe la nocivité d'une éducation par la peur et la menace. En cas d'événement perturbant, le petit enfant ne peut « *calmer* » son amygdale, c'est donc à l'adulte de lui proposer des mots pour l'aider à prendre conscience de ce qu'il vit.

Des effets du maternage sur l'expression des gènes aux molécules du bien-être (comme l'ocytocine), en passant par les risques des fessées et des gifles, encore récemment confirmés par des études sur des dizaines de milliers d'enfants, le livre est complet, tout en restant accessible et agréable à lire. Après l'avoir refermé, difficile de ne pas être convaincu par la thèse de l'auteure : l'enfant s'épanouit quand l'adulte montre le chemin, n'utilise pas de rapports de force physiques ou verbaux, mais entretient avec lui une relation aimante et empathique. « *Ce savoir ne simplifie pas le rôle des adultes*, écrit Catherine Gueguen, *mais il les rend plus conscients et plus responsables de leur attitude avec les enfants.* »