

Faire la distinction entre les besoins et les désirs...

Parmi toutes les demandes et les sollicitations que nous font les enfants, il n'est pas toujours simple de savoir quelle attitude adopter, il est important de faire une distinction entre un désir et un besoin.

Qu'est-ce qu'un besoin ?

Les besoins sont identiques à tous les êtres humains et leur satisfaction est vitale

Les besoins sont de plusieurs ordres, en voici des exemples :

- besoins physiologiques : manger, boire, dormir...
- besoins affectifs : attachement, attention, câlins, tendresse...
- besoins relationnels : se dire, être entendu, être reconnu, être valorisé.

Le rôle des parents et des intervenants est de combler les besoins de l'enfant, jusqu'à ce qu'il soit en mesure d'y parvenir par lui-même. Donc face à un besoin de l'enfant, il y a nécessité d'y répondre dans un délai assez bref.

Qu'est-ce qu'un désir ?

Les désirs sont des envies non essentielles et différentes pour chaque être humain.

Manger, c'est un besoin, manger des bonbons, un désir ; bouger et être actif pour un enfant, c'est un besoin ; passer trois heures au parc, un désir. Recevoir de l'attention et de l'affection, c'est un besoin, se coucher tard, un désir. L'estime de soi se bâtit chez l'enfant lorsque nous répondons à ses besoins. Lorsque les besoins physiques et affectifs de l'enfant sont satisfaits, il a le sentiment d'être important. Quant aux désirs, le rôle du parent et de l'éducatrice est de les entendre et de les reconnaître sans tous les satisfaire.

Un exemple de désir reconnu, avec humour, mais non réalisé :

Olivier réclame régulièrement des frites. Le parent lui dit « *Je sais que tu adores les frites; si je t'écoutais, on en mangerait au déjeuner, dîner et souper tellement tu aimes ça. Tu sais quoi? J'aimerais t'en faire livrer un plein camion! Mais chez nous, on fait attention à notre santé. Une fois de temps en temps, c'est suffisant. Tu pourrais choisir des frites au menu de*

ton anniversaire dans deux semaines». Pour Olivier cela se traduit comme « *Je n'ai pas des frites autant que je le veux, mais j'ai un parent qui me comprend*».

Prendre en photo les jouets qu'il désire au magasin, pour faire la liste au père Noël, à la famille pour son anniversaire ou simplement pour les regarder et nourrir son imagination. Les désirs peuvent changer rapidement, une journée, il veut un chien et le lendemain un cheval.

Les enfants apprennent ainsi à retarder la satisfaction de leurs désirs et cela leur apprend aussi à attendre et à persévérer. Ce qui leur sera utile pour leurs apprentissages scolaires, entre autres. L'enfant apprend ainsi la réalité de la vie. Certains de ces désirs seront satisfaits, d'autres non. Quelques-uns rapidement, d'autres, dans très longtemps, et peut-être jamais. Lorsque ses désirs sont entendus et reconnus, l'enfant se sent important, compris et aimé. Ce sentiment a beaucoup plus de prix à ses yeux que les jouets achetés pour éviter une crise ou pour négocier la paix. De plus, se sentir important, compris et aimé, ça, c'est un besoin. S'il se sent compris, il accepte beaucoup mieux le « NON » et les limites imposées. Puisque l'adulte est un modèle, à son tour l'enfant saura dire « Non » à ce qui n'est pas bon pour lui dans le futur.

L'enfant a besoin de temps... et d'adultes patients pour les accompagner sur le chemin de la vie.

Sources : Catherine Gueguen, pédiatre et spécialisée en neurosciences affectives, Brigitte Racine, Infirmière, psychothérapeute et auteure. Anne-Marie Delisle, psychoéducatrice à Naître et grandir.