

Comment favoriser l'autonomie motrice chez le jeune enfant ?

L'autonomie, qu'est-ce que c'est ? A quoi cela sert-il ?

L'autonomie renvoie à la capacité de faire seul, de se débrouiller. Elle recouvre des aspects différents. En effet, on parle d'autonomie motrice, psychique, affective. Elle permet à un individu de pouvoir agir (marcher, s'habiller, avoir une certaine dextérité), faire des choix, penser par lui-même, gérer ses émotions. C'est un processus de développement qui débute dès la toute petite enfance.

Les différents aspects de l'autonomie sont liés mais dans cet article, nous nous intéresserons plus particulièrement à l'autonomie motrice.

Quelques repères :

L'autonomie motrice est liée au rythme du développement psychomoteur propre à chaque enfant : ce dernier résulte en effet de la maturation du système nerveux, du tonus musculaire et de la richesse affective de l'entourage. L'autonomie va donner la possibilité à l'enfant de se mouvoir et d'agir sur son environnement.

Il est donc important de respecter le rythme de chaque enfant afin de ne pas exiger de l'enfant des capacités qu'il ne possède pas encore ou au contraire de l'empêcher de mettre à profit ses potentialités.

Le rôle de l'adulte :

L'autonomie est un processus qui nécessite un accompagnement de l'adulte. A ce titre, toutes les personnes qui participent à l'éducation du tout-petit (parents, famille, assistants maternels...) jouent un rôle important dans cette acquisition.

La présence physique et psychique de l'adulte auprès de l'enfant est essentielle dans ce processus.

En effet, pour développer son autonomie, le bébé a besoin d'un attachement affectif. C'est parce que l'adulte est là qu'il va pouvoir explorer et créer son propre espace de jeu.

L'objectif de l'autonomie n'est donc pas que l'enfant sache faire seul mais qu'il puisse agir seul avec plaisir accompagné de l'adulte qui le sécurise. Le regard bienveillant de l'adulte lui permettra d'acquérir la confiance en lui, nécessaire à tout apprentissage.



Quelques pistes pour favoriser le processus d'autonomie :

Respecter dans la mesure du possible le rythme de développement de l'enfant.

Pour cela, privilégier la position allongée tant que l'enfant ne sait pas tenir assis seul. Ainsi, l'enfant posé « à plat dos » avec tous ses appuis, peut s'exercer aux mouvements sur le côté, au retournement, saisir, relâcher, reprendre un jouet, jouer avec ses mains ou ses pieds, se reposer dès que c'est nécessaire.

Quand l'enfant est mis assis par l'adulte, alors qu'il ne sait pas s'asseoir par lui-même, il ne peut pas quitter cette posture ; il dépend de l'adulte pour changer de posture, attraper un jouet. Il n'est pas autonome.

De la même manière, l'enfant que l'on fait marcher se déplace « passivement » c'est-à-dire sans conscience réelle de son corps et de son équilibre et n'apprend pas la marche autonome, puisqu'elle n'est pas le fruit de son propre travail. Il n'acquiert pas les mêmes repères par rapport à l'espace.

Autre exemple : l'enfant qui ne sait pas encore grimper pour accéder au toboggan ou se hisser sur la balançoire, n'est pas frustré, même si d'autres enfants plus grands y vont aisément.

A l'inverse, la frustration arrive lorsque l'enfant à qui l'on a fait réaliser quelque chose veut renouveler l'expérience mais n'y arrive pas seul.

Par exemple, si l'adulte a hissé et placé l'enfant en haut du toboggan, ce dernier est alors leurré sur ses capacités. Il dépend de l'aide et de la disponibilité de l'adulte pour l'exécuter à nouveau. Il peut aussi se mettre en danger en voulant reproduire cette action alors qu'il n'est pas encore capable de la réaliser.



Offrir un espace adapté à l'expérience motrice :

- Un sol non encombré permettant le mouvement
- Des jouets adaptés qui suscitent le mouvement (facile à prendre, balles, jouets à tracter ou à pousser ...)
- Des vêtements dans lesquels l'enfant est à l'aise et possède une liberté de mouvement

Faire confiance à l'enfant en lui laissant le temps de l'expérience, en l'acceptant tel qu'il est et là où il en est dans son développement, est le meilleur accompagnement que puisse lui offrir l'adulte dans cette quête de l'autonomie.