

LA JOIE

L'expression de la joie chez le jeune enfant interroge moins l'adulte que la colère ou la tristesse. Pourtant, elle est tout autant nécessaire et l'adulte a pour rôle d'aider l'enfant à conserver son aptitude à la joie. La joie est expansion, elle dynamise, nous guide et favorise l'apprentissage, la réussite et de ce fait la confiance en soi.

La joie et ses manifestations procurent du bien-être, c'est un exutoire. L'expression et l'intensité de la joie varient d'un enfant à l'autre. Le jeune enfant vit ses émotions entièrement, sans recul pour les modérer ou les cacher. Il a tendance à rire très fort, et à vouloir répéter une situation qui fait rire. Exprimer sa joie, son bonheur, rend encore plus heureux et fait plaisir à l'entourage..., elle est « contagieuse ».

Tout comme pour les autres émotions il est important de mettre des mots sur les situations qui génèrent la joie. Par exemple, il est bon pour l'enfant d'entendre que l'on est heureux de passer ce moment avec lui ou de s'émerveiller sur les petites choses simples qui nous entourent. L'enfant qui ressent de la joie autour de lui va se sentir davantage sécurisé. Et comme le dit Isabelle Filliozat : « *Un enfant a besoin de se sentir joyeux pour se sentir libre d'exister et de grandir.* »

Effectivement, l'identité de l'enfant se construit dans l'interaction avec les autres, la famille et le milieu social du lieu d'accueil. Le sentiment de sa propre valeur dépend de la perception valorisante ou dévalorisante que ces interactions vont lui renvoyer de lui-même.

C'est donc un enjeu majeur de renvoyer une **image positive** à l'enfant. Il grandit émotionnellement uniquement s'il a une bonne image de lui.

Les enfants qui ont une faible estime d'eux-mêmes peuvent notamment avoir peu d'amis, être réservés, ou facilement frustrés, découragés, ou encore ne pas vouloir essayer de nouvelles choses.

A l'inverse, les enfants qui ont une bonne estime d'eux-mêmes, apprécient les activités sociales, se font des amis facilement et sont heureux.

Comment aider l'enfant à conserver son aptitude à la joie ?

- Le féliciter, l'encourager, lui permettre d'oser et de réussir (ex : « *tu peux grimper seul l'escalier, je suis là à côté de toi si tu as besoin d'aide...* »)
- L'aider à se sentir fier de lui, même dans de petites choses (ex : « *bravo tu as réussi à sauter 2 marches* »)...
- Lui apprendre à se dépasser
- Lui faire ressentir notre joie
- Lui faire partager des moments de joie, de sérénité, de jeu...

Le rire détend, soulage de la souffrance et aide à la guérison. Le sentiment de joie aide à aller de l'avant.

L'adulte doit donc veiller à ce que l'enfant puisse exprimer sa joie mais aussi toutes les émotions qu'il peut ressentir ; en apprenant à les identifier, à les nommer, à les gérer. Ainsi confiant en ses capacités, l'enfant construit son identité. Les émotions ne sont pas dangereuses, elles font partie de la vie et permettent à l'enfant de grandir.