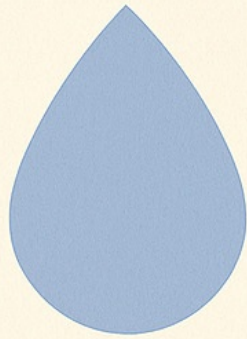


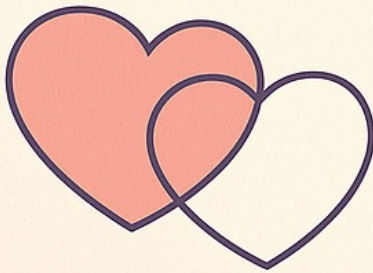
Les émotions cachées de l'enfance



Pleurs



Séparation



Jalousie



Punition

ELY JAGGI

Ely Jaggi

Les émotions cachées de l'enfance

© Ely Jaggi, 2025

ISBN numérique : 979-10-405-9493-2

Librinova”

www.librinova.com

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l’auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

INTRODUCTION



Introduction

Il m'a fallu toute une vie pour comprendre que, derrière chaque cri, chaque larme, chaque silence d'enfant, se cache une émotion profonde, un besoin d'amour, de reconnaissance ou simplement de sécurité.

J'ai observé ces émotions d'abord à travers mes propres filles, Mariya et Tatyana, en traversant avec elles les moments de séparation, de jalousie, de pleurs, et de réconciliation. Puis, plus tard, à travers mes petits-enfants – Nora, Sven et Kris – dont la sensibilité, la spontanéité et les réactions m'ont rappelé à quel point l'enfance est un langage que l'adulte doit réapprendre à écouter.

La naissance de ma petite-fille Nora, survenue dans des circonstances bouleversantes, a marqué un tournant dans ma manière de voir le monde de l'enfance. J'ai compris que chaque émotion, même la plus douloureuse, peut devenir une force de vie, un germe de résilience et de lumière.

C'est cette conviction que je porte dans ce livre.

Mon expérience d'éducatrice m'a appris que l'équilibre entre bienveillance et cadre est la clé d'une éducation saine. Trop de douceur sans repères rend l'enfant perdu ; trop de règles sans écoute le rend fermé. Entre les deux se trouve ce territoire fragile et magnifique où l'enfant apprend à se construire en confiance.

J'ai choisi d'explorer quatre thèmes essentiels – la punition, la séparation, les pleurs et la jalousie – car ce sont eux qui, chaque jour, traversent les familles, les écoles, les crèches. Ils forment la toile émotionnelle de la petite enfance. Derrière chacun, se cache une question universelle : Suis-je encore aimé quand je me trompe, quand je pleure, quand je crie, quand je veux tout pour moi ?

L'objectif de ce livre est d'aider les parents, enseignants et éducateurs à décoder ces comportements, à voir au-delà des gestes, des mots, ou du silence. À comprendre que chaque émotion est un message, et que derrière chaque attitude difficile, il y a une histoire à entendre.

Ce livre est né d'un constat simple, mais profond : les enfants ne savent pas toujours dire avec des mots ce qu'ils ressentent.

Alors, ils le montrent – par des gestes, des silences, des pleurs, des oppositions ou des regards fuyants.

Et souvent, les adultes interprètent ces signes à travers leur propre prisme : fatigue, stress, peur de mal faire, ou besoin de contrôle.

C'est ainsi que naissent les malentendus éducatifs.

Mon objectif, à travers *Les émotions cachées de l'enfance*, est d'offrir un pont entre ces deux mondes : celui de l'enfant, plein d'émotions brutes, et celui de l'adulte, chargé de responsabilités, de règles, mais aussi d'amour.

Je souhaite que ce livre aide chaque parent, enseignant ou éducateur à lire autrement les comportements difficiles :

- à voir le besoin derrière la colère,
- la peur derrière le refus,
- la tristesse derrière les pleurs,
- et parfois, le manque d'amour derrière la jalousie ou la provocation.

L'idée n'est pas d'excuser tout comportement, mais de le comprendre avant d'agir.

Car comprendre, c'est déjà apaiser.

Lorsqu'un adulte parvient à décoder ce que l'enfant veut dire sans le dire, il transforme la relation : l'enfant ne se sent plus jugé, mais entendu.

Et à partir de là, tout devient possible : la confiance, l'écoute, l'apprentissage, la réparation.

Ce livre est conçu comme un guide vivant, nourri de mon expérience personnelle et professionnelle, de mes observations en structure d'accueil, et de mon rôle de mère et de grand-mère.

Chaque chapitre propose une clé de lecture émotionnelle, des exemples concrets, et des pistes d'action bienveillantes.

Mon souhait est que le lecteur puisse y trouver à la fois de la réassurance et de l'inspiration, sans jamais se sentir coupable ou démuné.

L'éducation ne devrait jamais être un champ de bataille, mais un dialogue de cœurs.

Un lieu où l'adulte, tout en gardant sa place de guide, apprend lui aussi à se remettre en question.

Parce qu'éduquer un enfant, c'est souvent se rééduquer soi-même : apprendre à accueillir ses propres émotions, à dompter sa colère, à apaiser ses peurs.

C'est une croissance à deux, où chacun apprend de l'autre.

Ainsi, *Les émotions cachées de l'enfance* est une invitation à observer avant de juger, écouter avant de répondre, et comprendre avant d'imposer.

C'est un livre pour tous ceux qui croient que derrière chaque comportement d'enfant, il y a un message d'amour, parfois maladroit, mais toujours sincère.

Car lorsqu'on apprend à décoder le langage des émotions, on cesse d'éduquer par réaction... et on commence à accompagner par relation.

Ce livre est né d'un mélange de vécu, d'amour et d'observation.

Il ne prétend pas donner de recettes toutes faites, mais plutôt ouvrir des chemins de compréhension.

Car l'éducation, au fond, n'est pas une science parfaite : c'est un acte d'amour répété, une main tendue, un regard qui dit à l'enfant :

« Je t'entends. Je t'aime. Même quand tu pleures. Même quand tu te fâches. »

Ma vision de l'éducation : entre bienveillance et cadre

L'éducation est, à mes yeux, un acte d'amour lucide.

Aimer un enfant, ce n'est pas tout lui permettre, ni tout lui interdire. C'est l'accompagner dans la découverte de ses limites et de sa liberté, tout en restant présent, ferme, mais profondément bienveillant.

La bienveillance, pour moi, ce n'est pas la douceur naïve ou l'absence d'autorité.

C'est la capacité d'accueillir les émotions de l'enfant sans le juger, de l'écouter sans vouloir le changer, de comprendre que derrière son comportement, il y a une raison – un besoin, une peur, un appel.

Un enfant n'a pas encore les mots pour dire ce qu'il ressent, alors il s'exprime autrement : par les larmes, les cris, la colère ou le repli.

La bienveillance, c'est donc entendre ce langage silencieux, et répondre non pas par la punition immédiate, mais par la compréhension : « Que veut-il me dire à travers cela ? »

Mais la bienveillance sans cadre est une illusion.

Un enfant qui grandit sans repères vit dans l'insécurité.

Il a besoin de sentir que l'adulte sait où il va, qu'il peut lui faire confiance.

Le cadre, c'est la frontière protectrice, celle qui rassure autant qu'elle guide.

Dire « non » à un enfant, ce n'est pas le blesser, c'est l'aider à se construire.

C'est lui montrer que le monde a des règles, mais qu'on peut y évoluer avec liberté, respect et amour.

J'ai souvent observé que les enfants testent nos limites non pas pour les détruire, mais pour vérifier leur solidité.

Ils ont besoin de savoir si nous sommes stables, si nous les aimons assez pour ne pas céder à tous leurs désirs.

Et ce besoin-là est fondamental : il donne à l'enfant la sécurité intérieure pour explorer, pour oser, pour grandir.

La bienveillance et le cadre ne s'opposent pas.

Ils se complètent, comme le cœur et la colonne vertébrale :

- le cœur pour aimer,
- la colonne pour tenir.

Être éducateur ou parent, c'est un équilibre fragile entre écouter et décider, consoler et poser des limites, laisser faire et rappeler la règle.

C'est un art quotidien, jamais parfait, mais profondément humain.

Dans mon parcours, que ce soit auprès de mes propres filles, Mariya et Tatyana, ou des enfants dont j'ai pris soin au fil des années, j'ai compris une chose essentielle :

Un enfant obéit rarement par peur, mais toujours par confiance.

Lorsqu'il sent qu'on le respecte, qu'on le comprend, qu'on l'aime même dans ses erreurs, il devient capable d'écouter, de coopérer, de s'apaiser.

Et c'est là, dans ce juste équilibre entre amour et cadre, que l'éducation trouve tout son sens :

elle ne cherche pas à formater l'enfant, mais à l'aider à devenir lui-même, dans la paix et la confiance.



Chapitre 1 – La Punition : quand le message se perd

La punition est souvent le premier réflexe de l'adulte face à un comportement jugé « inacceptable ». Elle rassure : elle donne l'impression de reprendre le contrôle, de marquer une limite, de « corriger » l'enfant.

Mais derrière la punition, bien souvent, le message se perd. L'enfant n'entend plus ce qu'on voulait lui transmettre. Il n'entend que la peur, la honte ou l'humiliation.

Dans ma vie d'éducatrice, j'ai vu tant d'enfants punis sans qu'ils comprennent pourquoi. Et j'ai aussi vu des regards blessés, des silences lourds, des petits cœurs refermés.

Punir sans expliquer, c'est fermer une porte au lieu d'en ouvrir une.

♦ Quand l'adulte punit, que cherche-t-il vraiment ?

Souvent, sans s'en rendre compte, il cherche à calmer sa propre émotion : la colère, la fatigue, la déception.

Mais punir dans l'émotion, c'est comme parler sous la tempête : les mots se déforment, le sens disparaît.

L'enfant, lui, retient surtout la peur d'être rejeté.

Il apprend à obéir... mais par crainte, non par compréhension.

Or, l'éducation n'a de valeur que lorsqu'elle enseigne quelque chose.

Une punition qui n'apprend pas, ne sert qu'à blesser.

♦ La punition vue par l'enfant

Quand on se met à sa hauteur, tout change.

L'enfant ne voit pas un acte éducatif ; il ressent une rupture du lien.

Pour lui, être puni, c'est souvent être abandonné dans sa faute.

Et cette solitude émotionnelle peut être lourde à porter, surtout quand il n'a pas encore les outils pour décoder ce qu'il ressent.

Un enfant puni sans accompagnement peut développer :

- un sentiment d'injustice,*
- la peur de décevoir,*
- ou au contraire, une rébellion silencieuse.*

Il ne comprend pas que la punition vise son geste, pas sa personne.

Il croit que c'est lui qu'on rejette.