**Développement social**

Animateur : Aujourd’hui la D. Erin Olufs est entre nous. Elle est Professeur adjoint de clinique à la Faculté de psychiatrie de l’Université de l’Iowa. J’ai vu votre profile vidéo sur le site web de l’université et il était vraiment agréable. Vous avez noté votre intérêt par les adolescents atteints d’affections avec des douleurs chroniques ou d’affections médicales en plus du travail avec les enfants ayant un diagnostic récent du TDAH (trouble de déficit de l’attention avec hyperactivité ou ADHD en anglais). D. Olufs, vous avez géré la clinique de TDAH avec D. Gunderson et vous avez mené les groupes de thérapie comportementale dialectique (*Dialectical Behavioral Therapy*) pour les adolescents. Merci d’être parmi nous aujourd’hui. Nous avons eu des discussions auparavant avec D. Kopelman sur le développement chez l’enfant et nous sommes impatients d’entendre votre perspectif de développement social.

Erin Olufs : Merci. En tant qu’êtres humains, nous sommes des créatures très sociales. Je crois qu’en tant qu’adultes nous tenons pour acquis le développement social des enfants. Il peut être difficile décrire comment ce développement se dévoilera. Nous pensons que pendant que les enfants grandissent et comprennent le langage, ils feront des amis et qu’un jour ils auront des relations romantiques, et qu’ils feront leur propre chemin.

Animateur : Les relations amicales sont-t-ils différentes selon l’âge et en termes de communication ou dans le jeu ?

Erin Olufs : Oui ! Nous pouvons considérer que les enfants développent leurs relations sociales au fil du temps. Pendant qu’ils découvrent comment faire des amis, les relations entre enfants sont différentes que les relations chez les adultes. Les relations évoluent des jeux et liens courts et autocentrés à des relations amicales à long terme et concentrées sur un sentiment amical partagé où ils sont plus attentionnés envers l’autre. Quand les enfants son à la maternelle, les amitiés se basent sur l’amusement et sur ce qui est facile. Les enfants de cet âge peuvent penser que leurs amis pensent comme eux et ils se vexent quand ce n’est pas le cas. Il peut être commun d’entendre un enfant dire qu’il n’est pas amis avec son ami aujourd’hui. Quand les enfants entrent à l’école primaire, les amitiés deviennent plus stables au cours des activités mais elles restent pratiques et autocentrées.

Les enfants voient les amis comme ceux qui font des choses sympathiques mais ils peuvent utiliser leur amitié pour négocier ce qu’ils veulent. Tu pourras leur entendre dire, « Je serai ton ami si tu fais ceci. » ou bien « Je ne serai pas ton ami si tu fais cela ! ». A l’école primaire, les enfants voient leurs amitiés en tant qu’un échange. Les amitiés se focalisent sur les règles et la justice, et les enfants commencent à se soucier d’être exactement les mêmes que les autres. Quand les enfants sont vers la fin de l’école primaire et durant le collège, les amitiés deviennent plus intimes. Les amis se prennent soin, partagent les choses, s’entraident et se confient à l’autre. Les amitiés passent de la tenue du pointage à faire des choses gentilles pour l’autre car ils prennent soin l’un de l’autre.

Cependant ils peuvent parfois avoir de la jalousie quand leurs amis passent du temps avec des autres amis. Finalement, quand les enfants entrent au collège et au lycée, ils commencent à développer des amitiés mûres. Ils apprécient vraiment la proximité émotionnelle avec leurs amis. Ils arrivent à mieux accepter les différences tout en restant amis et ils se sentent moins menacés par des autres amitiés. Ces amitiés mettent de l’importance sur la confiance, le soutien et elles restent proches en temps de difficulté.

Erin Olufs : C’est une description merveilleuse des changements sociaux qui arrivent durant l’enfance et l’adolescence. Elle me fait penser aux histoires de passage à l’âge adulte qui sont prisées à ces âges. Est-ce normal que les adolescents passent autant de temps à socialiser avec leurs pairs ? Pourquoi ils ne peuvent pas juste socialiser avec leurs frères et sœurs ?

Erin Olufs : Chez les adolescents, il est fort commun de passer la plupart de leur temps avec ses amis ! Les adolescents passent environs 1/3 de leurs heures d’éveil avec les amis, ce qui veut dire de 4 à 6 heures par jour. Les périodes durant lesquelles les enfants passent le plus de temps avec leurs amis est lorsqu’ils sont au collège et au lycée. Environs 80 à 90% des adolescents ont des meilleurs amis mutuels, typiquement 1 à 2 meilleurs amis et puis plusieurs bons amis. Donc, vous n’êtes pas seul ! Souvent les adolescents veulent passer du temps avec leurs amis. En considérant les différents âges de leurs frères et sœurs, ils peuvent être à des différents phases de développement en termes de leurs amitiés.

Animateur : Ça a du sens car il se base sur où ils en sont dans leur croissance émotionnelle et sociale. Néanmoins, les enfants doivent-ils avoir un certain nombre d’amis ? Parfois les parents s’inquiètent que leur enfant ait seulement un ou deux amis au plus.

Erin Olufs : Il n’y a pas vraiment un nombre d’amis que les enfants doivent avoir. Les enfants ont souvent moins d’amis que nous espérons. Avant l’école primaire, les garçons ont 2 amis et les filles ont 1 ami en moyenne. Quand les enfants commencent à assister l’école, le nombre de meilleurs amis qu’ils auront est de 3 à 5. Au moment d’entrer au collège et au lycée, ils ont souvent 1 à 2 meilleurs amis et puis plusieurs bons amis. Une fois de plus, ceux-ci sont juste les moyennes. Les enfants peuvent avoir un nombre d’amis qui varient, mais il n’est pas inhabituel pour la plupart d’enfants d’avoir un petit groupe d’amis proches.

Animateur : Je suis un peu surpris que les garçons ont plus d’amis que les filles avant de commencer l’école. Souvent quand on parle des différences entre les garçons et les filles, nous décrivons les filles avec un niveau social supérieur. Mais, il me semble aussi que cette différence entre les genres se diminue une fois que l’école commence. Pour les parents, doivent-ils s’inquiéter si le groupe de pairs de leur enfant change ?

Erin Olufs : Pas nécessairement. Les amitiés sont fort influencées par la situation dont se trouve les enfants, leurs centres d’intérêts et leurs endroits peuvent changer au fil du temps. L’endroit où les enfants participent à des activités et à l’école est important. La plupart d’enfants vont changer de meilleur ami l’année ou ils passent de l’école primaire au collège et la plupart de meilleurs amis iront à la même école. Quand les enfants sont plus jeunes, souvent les amitiés changent au fil des temps. Ce n’est pas jusqu’à ils sont plus grands que leurs amitiés commencent à rester les mêmes. Cependant, les déménagements, des changements d’école, d’activité, d’intérêts, et d’autres évènements peuvent engendrer un changement du groupe d’amis.

Animateur : Quoi faire s’ils comptent les amis imaginaires comme partis de leur cercle d’amis ?

Erin Olufs : Avoir des amis imaginaires est commun chez l’enfant, même si les enfants en école primaire et au lycée ont des amis ou camarades imaginaires. C’est vraiment considéré d’être un jeu de simulation sain et pour les enfants à la maternelle, c’est souvent lié à des choses positives comme la capacité de voir les choses du perspectif de l’autre, des bonnes compétences linguistiques, et la capacité de s’entendre avec les autres.

Pour les enfants au collège, avoir un ami imaginaire est associe à l’utilisation des stratégies d’adaptation plus positives. Nous trouvons que les adolescents avec des compétences sociales et créatives ayant des bonnes aptitudes d’adaptation ont plus tendance à créer des « amis spéciaux ». Nous trouvons les amis imaginaires chez les garçons et chez les filles, même si ça peut être plus courant chez les filles. Les deux inventent des personnages imaginaires cependant les filles ont tendance à les traiter comme des amis.

Nous trouvons souvent que les amis imaginaires se présentent chez l’enfant de 3 à 5 avec un pic à 4 ans. De 20 à 50 % d’enfants ont une présence d’amis imaginaires et environs 28% des enfants d’âge scolaire de 7 à 12 ans ont des amis imaginaires. Donc, la présence des amis imaginaires est fréquente chez les enfants et les adolescents ; nous pensons qu’à cause de la pression sociale des parents, les enfants arrêtent d’en parler.

Animateur : C’est réconfortant à savoir. Je vais être sûr de dire à mon ami imaginaire qu’il est parfaitement normal. En pensant aux parents qui veulent s’assurer que leurs enfants grandissent bien et ont assez de soutien ; qu’est-ce que les parents peuvent faire pour soutenir leur enfant s’il/elle a du mal à faire des amis ? Il me semble qu’avoir un ami est protecteur, en quelque sort. Je crois également que c’est un désire pour les parents qui ne veulent pas voir leur enfant se sentir seul.

Erin Olufs : Vous avez raison que les amitiés sont protectrices pour les enfants. Les enfants avec des amis ont tendance d’avoir une meilleure attitude envers l’école et un meilleur estime de soi et sens de bien être en tant qu’adultes. Un groupe d’amis peut être très utile pour protéger les enfants des effets du harcèlement (*bullying*), encore plus que d’avoir un seul meilleur ami. C’est parce qu’un groupe d’amis réduit la probabilité de subir le harcèlement et il permet l’enfant qui est harcelé de passer du temps avec quelqu’un qui l’écoutera et qui l’aidera. L’idée de soutien est importante pour les amitiés, et les enfants bénéficient vraiment du sentiment que leurs amitiés sont mutuelles et qu’ils sont aimés par leurs amis.

Premièrement, il est important d’être là pour écouter votre enfant quand il est en difficulté sociale. Les amitiés passent par des phases et elles peuvent avoir un difficulté à un moment donné, mais être bonnes en général.

Animateur : Donc, serait-il possible d’écouter simplement et valider leurs sentiments en notant qu’ils passent par un moment difficile mais que ce moment ne peut pas durer éternellement ?

Erin Olufs : Si votre enfant est encore petit, vous pouvez pratiquer les aptitudes que nous trouvons ont un lien avec le fait d'avoir des amis. Ça peut demander une organisation du jeu en commençant par des phrases avec « nous », par exemple, « jouons avec les voitures », le partage avec les autres, s'entraider, et donner des compliments aux autres enfants. Si votre enfant est plus grand, vous pouvez considérer leur aptitude de s'intéresser aux autres enfants avec qui ils pourront former une amitié. Par exemple, vous pouvez inscrire votre enfant dans des clubs et des activités où​​ il existe des interactions structurées telles que les scouts, les clubs et le sport. Les sports qui conviennent bien aux enfants peuvent être ceux qui les permettent de faire partie d’une équipe mais aussi être en compétition avec eux même. Des bons exemples sont la course, la natation, le tennis, les arts martiaux, entre autres. Peu importe les intérêts de votre enfant, cherchez le moyen de les mettre en lien avec les enfants partageant des intérêts similaires. Pour certains de nos adolescents, ils aiment *Magic the Gathering* et ils rejoignent des groupes à la librairie locale de bandes dessinées. Il existe beaucoup d’opportunités pour engager votre enfant dans les activités qu’il/elle préfère.

Animateur : Génial ! J’espère que ça va donner des idées aux parents qui peuvent fonctionner pour leurs propres enfants et leur famille. Cependant, je voudrais parler un peu plus d’un thème plus sensible. J’ai eu quelques cas dans la clinique où les enfants ont démontré des comportements sexuels et que leurs parents ne savent pas quoi en faire. Avez-vous une attitude différente dans l’approche aux comportements sexuels chez le petit enfant comparativement aux enfants d’âge scolaire ? Quels conseils donneriez-vous aux parents ?

1. Les comportements sexuels qui apparaissent le plus souvent comprennent les comportements d’autostimulation, l’exposition, et les comportements en lien avec les limites personnelles. Les comportements qui se présentent moins souvent sont ceux qui comprennent l’intrusion dans l’espace de quelqu’un d’autre. Pendant qu’ils grandissent, les enfants deviennent de moins en moins susceptible à démontrer ces comportements sexuels indésirables. Vous pouvez considérer ces comportements d’être en lien avec leur développement et dans les limites normales (*Pediatrics, 1998*).
2. Le jeu sexuel avec les autres enfants a normalement les qualités suivantes
   1. Le jeu est léger et spontané – les enfants rigolent et s’amusent
   2. Le jeu est entre les enfants qui sont à peu près de la même taille, le même âge et le même développement
   3. Le jeu fait partie de la relation(amitié) basée sur le jeu qui est mutuellement agréable
   4. Quand les adultes établissent les limites, les enfants arrivent à respecter les règles
3. Ce que les parents peuvent faire :
   1. Restez calme quand vous parlez avec les enfants des comportement sexuels. Ce sont des comportements normaux, donc évitez les critiques ou l’humiliation des enfants concernant leur comportement.
   2. Etablissez des limites et des règles claires concernant le comportement sexuel en ce qui concerne les limites personnelles, la vie privée et les comportements convenable (p. ex., porter des vêtements à la garderie, se toucher dans l’intimité de la chambre, respecter le droit des autres à la vie privée, consentement)
   3. Créez une ambiance familiale qui n’expose pas les enfants au comportement sexuel, conversations sexuelles ou contenu sexuel
   4. Donnez des informations actuelles autour du développement sexuel et la reproduction
   5. Parlez des comportements sains dans les relations, y inclus l’importance du consentement
   6. Cherchez de l’aide si le comportement est inquiétant

Animateur : Un grand merci de nous avoir parlé plus de cela. Je sais qu’il peut être difficile d’aborder ses thèmes sensibles, mais ils font partie du développement. Pendant que vous êtes la, j’ai seulement quelques questions de plus pour vous D. Olufs. Y a-t-il certains domaines du comportement social où vous seriez plus inquiète si un enfant est en difficulté ? Existe-t-il des aides que vous pouvez conseiller ou des endroits en particulier où les parents doivent se diriger en premier ?

Erin Olufs : Je serais plus inquiet si l’enfant avait des difficultés continues à se faire des amis. S’il a des problèmes à comprendre les relations sociales ou à partager ou à considérer les sentiments d’autrui. J’aurais des inquiétudes si l’enfant indique qu’il est seul, qu’il n’a pas d’amis, ou s’il est harcelé à l’école. S’ils ont du mal à jouer avec les autres enfants dans une manière de va-et-vient. Je conseille d’en parler avec l’école en premier. Elle est une bonne source d’informations sur l’enfant quand il est en cours et souvent les écoles ont des programmes de soutien des pairs. Un parent peut aussi parler de leurs inquiétudes avec le pédiatre de leur enfant.

Animateur : En fin, avec la problématique actuelle de santé globale qui entoure la COVID-19, notre société dans son ensemble s’est passée par plusieurs changements qui ont changé la façon dont nous socialisons. Il y a eu une augmentation de l’utilisation de la technologie pour l’éducation et la communication en général ainsi que les mesures de distanciation sociale afin de limiter la propagation d’infection. Croyez-vous qu’il y aura un impact durable sur le développement social des enfants ?

Erin Olufs : L’impact sur le développement social sur le long terme n’est pas clair. Les parents peuvent aider leurs enfants à s’adapter en focalisant sur l’ici et maintenant. Beaucoup d’enfants se sont habitués à échanger en ligne, soit par les médias sociaux, le *facetime*, ou les jeux-vidéos entres autres activités partagées. Il est clé de se souvenir que les enfants développent au fil du temps et que les habilités sociales développement durant toute la vie de l’enfant. Ceci est un à deux ans de temps, ce qui est un petit pourcentage sur le long de la vie. Ils ont eu du temps avant la pandémie pour développer socialement, et ils auront du temps après aussi. Les parents peuvent continuer à soutenir leurs enfants en les aidant à passer du temps avec leurs amis en toute sécurité et en les encourageant à faire des jeux imaginatifs à la maison. Les parents peuvent aider leurs enfants à participer aux activités sociales qui sont centrées sur le partage, l’entraide, et à inviter les autres à participer aux jeux non-électroniques. Rappelez-vous les parents sont toujours importants pour montrer les habilités sociales et le développement des relations. Les parents peuvent favoriser ces habilités avec leur enfant pendant cette période.

Animateur : Et donc, merci d’avoir partagé votre temps et votre savoir avec nous D. Olufs. J’espère vous revoir entre nous à l’avenir.