

APPRENTISSAGE CHEZ LES JEUNES ENFANTS

Centre du savoir

Bulletin

sur LE TEMPÉRAMENT

Mai 2009



Le tempérament canalise le développement, mais n'est pas une destinée

par Michel Boivin

Professeur de psychologie à l'Université Laval, et Chaire de recherche du Canada sur le développement social de l'enfant

Tout parent qui a plus d'un enfant est à même d'observer, souvent avec étonnement, dans quelle mesure ses enfants diffèrent très tôt les uns des autres sur le plan des réactions émotionnelles et de la capacité à s'autoréguler. Ces différences, bien réelles, constituent la base de la personnalité future de l'enfant; elles apparaissent très tôt dans le développement et prennent leur source dans la biologie de l'enfant, notamment par le jeu d'interactions complexes impliquant des facteurs génétiques, prénataux et périnataux.

Les dimensions et les déterminants du tempérament ainsi que son rôle dans le développement ultérieur sont de mieux en mieux connus des spécialistes de la petite enfance. Les travaux pionniers des D^{rs} Rothbart, Kagan, Eisenberg, Calkins et Shiner, résumés dans le présent bulletin, mettent en lumière quatre aspects qui soulignent la pertinence de cette notion pour une compréhension nuancée du développement affectif et social de

l'enfant. Voici donc quatre courtes leçons sur le tempérament.

Premièrement, ces travaux nous apprennent que le tempérament est multiforme. Les jeunes enfants ne se distinguent pas seulement sur le plan de l'intensité et de la durée de la réaction initiale vis-à-vis de l'environnement; ils diffèrent également quant à leur capacité de s'autoréguler en contrôlant leurs ressources motrices et attentionnelles. La notion de tempérament recoupe donc des caractéristiques émotionnelles et cognitives-attentionnelles organisées de façon hiérarchique afin de favoriser l'adaptation de l'enfant à son environnement.

Deuxièmement, le tempérament est un construit qui se développe de façon différenciée et ses différentes facettes ne se développent pas au même rythme. Si l'approche et l'engagement vis-à-vis de l'environnement, de même que les réactions de détresse et de frustration

À l'intérieur

- 3 Le tempérament – Biais naturel, défi parental
- 5 Séquence développementale du tempérament à la petite enfance et les sources des différences individuelles

« Les jeunes enfants ne se distinguent pas seulement sur le plan de l'intensité et de la durée de la réaction initiale vis-à-vis de l'environnement; ils diffèrent également quant à leur capacité de s'autoréguler en contrôlant leurs ressources motrices et attentionnelles. »



sont observées tôt après la naissance, l'inhibition et les réactions de peur vis-à-vis de la nouveauté apparaissent vers la fin de la première année de vie. Enfin, le contrôle volontaire, parce qu'il engage des zones du cerveau qui atteignent leur maturité plus tardivement, se met en place progressivement au cours de la petite enfance. Il semble donc y avoir plusieurs mécanismes qui se surimposent les uns aux autres pour aider l'enfant à composer avec ses états émotionnels et répondre à l'environnement. Sur tous ces aspects, les différences entre les enfants sont notables.

Troisièmement, si le tempérament oriente le développement, il n'impose pas une destinée. Le tempérament tend à agir en contraignant le développement de la personnalité plutôt qu'en déterminant un profil particulier. Par exemple, un bambin

plutôt inhibé risque peu de devenir un enfant extrêmement sociable, mais ne sera pas nécessairement un adulte introverti et anxieux. Ce trait de tempérament pourra par ailleurs l'inciter à ne pas s'engager dans des activités risquées pour sa sécurité et sa santé. Chaque tempérament a ses avantages et ses désavantages.

Enfin, tout en permettant un meilleur autocontrôle sur les plans émotionnel et comportemental, la maturation progressive des systèmes neurologiques engagés dans la régulation des émotions ouvre également la porte à des influences extérieures, notamment dans le contexte du système parent-enfant. Bien qu'influencée par une base génétique, la contribution du tempérament au développement ultérieur peut être modulée par les expériences de socialisation de l'enfant. Dans ce

contexte, des stratégies parentales particulières semblent fonctionner mieux pour certains enfants que pour d'autres selon leur tempérament. Le parent a donc davantage à adapter ses comportements et ses demandes selon le tempérament de l'enfant. La logique du « goodness-of-fit » est également valable dans les milieux de garde extra-familiaux, de même dans les interventions préventives dans lesquelles le « one size fits all » apparaît comme une recette sinon dépassée, du moins insuffisante. Les intervenants expérimentés et avisés appliquent vraisemblablement cette règle de façon implicite. Il pourrait s'avérer utile de systématiser cette approche sur la base des connaissances actuelles sur le tempérament. Il s'agit probablement de la leçon la plus porteuse d'avenir en ce qui regarde les politiques visant la petite enfance. ☺

Le tempérament – Biais naturel, défi parental

par Lana Crossman

Souvent, les parents s'émerveillent devant les différences de tempérament de leurs enfants. L'un d'entre eux peut être craintif et inhibé et l'autre, extroverti et impulsif. Manifestes dès la petite enfance, ces différences apparaissent même chez les enfants dont l'éducation et les expériences sociales sont semblables.

Des chercheurs ont découvert que les caractéristiques tempéramentales, l'un des principaux déterminants de notre personnalité, sont définies dès la naissance, elles ont donc un fondement génétique ou biologique. Les caractéristiques tempéramentales sont associées à des répercussions développementales qui peuvent survenir tout au long de la vie, qu'il s'agisse de notre réussite scolaire, de nos relations avec nos pairs et des adultes ou du risque de souffrir de dépression ou d'anxiété.

Les fondements de la personnalité

Les personnes se distinguent les unes des autres par la mesure dans laquelle elles sont attentives aux situations qui se présentent, par la manière dont elles abordent ces situations et y réagissent et par leur tendance à éprouver de la peur, de la frustration, de la tristesse ou du malaise dans la vie quotidienne. Ces différences individuelles constituent diverses dimensions des caractéristiques tempéramentales. Elles se manifestent très tôt au cours de l'enfance, avant même que beaucoup d'autres aspects de la personnalité ne soient formés.

Chez les très jeunes enfants, les caractéristiques tempéramentales sont décrites en termes de biais et sont souvent à l'origine de comportements précoces comme l'irritabilité, l'activité, la fréquence des sourires et la réaction aux situations nouvelles. Par exemple, on dit souvent des bébés facilement irritables et qui pleurent souvent qu'ils ont un « tempérament difficile ». Ces biais précoces décrivent la façon dont les enfants réagissent aux situations, c'est-à-dire leur réactivité, première des deux composantes fondamentales qui définissent le tempérament.

L'influence du tempérament chez les jeunes enfants s'étend à leur développement social, émotionnel et cognitif. Au fur et à mesure que les enfants vieillissent et sont tenus responsables de leurs actes, nous nous attendons à ce qu'ils exercent un certain contrôle sur leurs actions ou sur leurs émotions. L'autorégulation est la seconde composante fondamentale qui définit le tempérament. Les enfants qui éprouvent de la difficulté à se contrôler peuvent subir

l'ostracisme ou les critiques des pairs et des adultes. De plus, ceux qui éprouvent de la difficulté à se concentrer et à soutenir leur attention risquent d'avoir davantage de problèmes d'apprentissage. Certains biais tempéramentaux tels que l'impulsivité, l'inattention et l'hyperactivité peuvent susciter des réactions négatives provenant des personnes qui entourent l'enfant et augmenter le risque chez l'enfant de développer des comportements agressifs.

Les très jeunes enfants sont considérés comme étant hautement réactifs, mais ils apprennent à contrôler leurs comportements au fur et à mesure qu'ils grandissent. L'autorégulation commence à se développer vers la fin de la première année de vie et continue son



« L'influence du tempérament chez les jeunes enfants s'étend à leur développement social, émotionnel et cognitif. »



développement tout au long de la petite enfance, permettant aux enfants de réguler les tendances réactives qu'ils avaient à la naissance. On peut l'observer par la capacité de l'enfant à porter attention ou à activer ou inhiber un comportement au besoin. À mesure que le système cérébral sous-jacent au contrôle volontaire se met en place, l'aptitude à soutenir l'attention plus longtemps se développe.

Un bébé ayant un « tempérament difficile » aura-t-il nécessairement un caractère difficile à l'adolescence ou à l'âge adulte? Heureusement, la réponse est non. Comme l'indique son nom, un biais tempéramental n'est qu'un *biais* qui peut s'atténuer selon l'environnement où l'enfant grandit et la manière dont cet environnement s'adapte à l'enfant.

La recherche sur le tempérament

Des chercheurs ont évalué le tempérament à l'aide de questionnaires remplis par les parents ou les donneurs de soins et par l'observation des enfants qui jouent, dans un environnement naturel et en laboratoire. Ces méthodes comportent des avantages et des inconvénients sur le plan de l'objectivité, de la portée et de la fiabilité, mais dans l'ensemble, elles offrent des moyens précieux pour comprendre le tempérament et son influence sur le développement.

Les premières recherches ont identifié neuf dimensions du tempérament chez les jeunes enfants : le niveau d'activité, la rythmicité, l'approche-recul, l'adaptabilité,

le seuil, l'intensité, l'humeur, la distractibilité et la capacité d'attention et de persistance. Récemment, certains chercheurs ont apporté des révisions à cette liste et ont défini trois dimensions plus larges fréquemment constatées par les parents : l'*extraversion* ou la *surgence* (associée à l'affect positif, au niveau d'activité, à l'impulsivité et à la prise de risques); l'*affectivité négative* (associée à la peur, à la colère, à la tristesse et au malaise); et le *contrôle volontaire* (associé à la fluctuation de l'attention et à la concentration, à la sensibilité perceptuelle et au contrôle inhibitoire et activateur). Ces dimensions sont jugées suffisantes pour décrire complètement les différences tempéramentales individuelles chez les jeunes enfants.

Certaines des recherches menées sur le tempérament des jeunes enfants ont mis l'accent sur les extrémités du spectre de l'inhibition, c'est-à-dire la réactivité aux personnes inconnues ou aux situations ou objets nouveaux : les enfants *inhibés* (de 10 à 20 p. 100 de tous ceux de un à deux ans) et les enfants *non inhibés* (de 30 à 40 p. 100 de tous les enfants).

À six mois, lorsqu'on leur présente un objet, certains nourrissons s'empresent de tendre les mains vers l'objet, tandis que d'autres seront plus lents à le faire ou ne le feront pas du tout. Les enfants commencent à présenter des signes d'inhibition craintive face à des stimuli intenses ou nouveaux au cours de la première année et par la suite. Des observations réalisées en laboratoire ont révélé que les nourrissons qui avaient une

réaction d'approche rapide et qui souriaient et riaient fréquemment ont tendance, selon les rapports soumis par les parents, à être davantage extrovertis à l'âge de sept ans.

Tempérament : un prédicteur développemental

Les divers traits tempéramentaux observés chez un enfant peuvent prédire des répercussions développementales positives ou négatives. Par exemple, l'acquisition précoce du contrôle volontaire entraîne des avantages plus tard dans l'enfance et même après. Les nourrissons qui, dès la première année, apprennent à soutenir leur attention et à s'abstenir de toucher à un jouet défendu sont susceptibles d'avoir acquis un contrôle volontaire dès l'âge de 22 mois. De même, les enfants d'âge préscolaire qui sont capables de retarder la satisfaction sont susceptibles, une fois adolescents, d'être attentifs, de se concentrer et de contrôler l'affect négatif. Les enfants qui acquièrent un contrôle volontaire tendent à être plus obéissants, à développer des sentiments d'empathie, de culpabilité ou de honte plus tôt et à présenter moins de problèmes de comportement. Lorsqu'ils sont plus âgés, ils sont moins susceptibles d'éprouver des émotions négatives et tendent à avoir un haut niveau de compétence et conscience sociales.

Les autres traits tempéramentaux ne présentent pas d'avantages ni d'inconvénients aussi clairement définis. Par exemple, les enfants avec un tempérament inhibé et hautement réactif sont davantage susceptibles de s'inquiéter d'un échec scolaire potentiel (surtout s'ils sont issus d'une famille de la classe moyenne) et de s'efforcer d'obtenir de bonnes notes pour accéder aux études postsecondaires. Ils tendent aussi à éviter le risque et seront donc des jeunes moins portés à conduire dangereusement, à s'initier aux drogues ou à avoir des rapports sexuels tôt dans l'adolescence. En revanche, ils risquent davantage de souffrir d'anxiété, d'affectivité négative et de dépression.

Les enfants non inhibés et faiblement réactifs sont plus susceptibles de devenir des personnes sociables et enclines à prendre des risques sur les plans professionnel et financier, ce qui peut les amener à occuper des postes plus stimulants. Cependant, les enfants extravertis qui présentent un faible contrôle volontaire risquent davantage de présenter des problèmes de comportement et un profil asocial. ☞

Séquence développementale du tempérament à la petite enfance et les sources des différences individuelles

par Alison Palkhivala

Bien que le tempérament soit fortement influencé par des facteurs génétiques complexes, l'environnement joue également un rôle crucial, ainsi la biologie et l'environnement, interagissent au fil des ans pendant que l'enfant se développe. Même avant sa naissance, l'environnement dans le ventre de la mère peut influencer la structure et la composition chimique du cerveau du bébé et ainsi avoir un effet sur son tempérament.

Le tempérament d'un enfant se manifeste dès le début de la petite enfance. Il a été démontré que les réactions des nourrissons de six mois à un nouvel objet – chercher à saisir l'objet avec enthousiasme ou hésitation; sourire et rire ou fixer l'objet d'un air inquiet – prédisent le niveau d'extraversion qu'ils auront à l'âge de sept ans (voir le premier article). De plus, les bébés de cet âge présentent une remarquable variété de tempéraments, qu'il s'agisse de leur capacité d'attention, de leur ouverture aux nouveautés ou de leur tendance à la détresse, à la bonne humeur ou à la frustration.

Les aspects du tempérament

Les bébés qui présentent continuellement un niveau élevé d'inhibition craintive (tendance à craindre les lieux, les personnes ou les objets nouveaux ou à les considérer avec circonspection) très tôt au cours de leur vie, tendent à être plutôt introvertis pendant leur enfance. En revanche, ils prennent conscience d'eux-mêmes et des autres plus tôt et sont également plus enclins à éprouver de l'empathie, de la culpabilité et de la honte.

Un autre aspect du tempérament, qui se manifeste tard au cours de la première année en réponse au développement cérébral, est le contrôle volontaire, une facette importante de l'autorégulation, c'est-à-dire de l'aptitude à gérer ses propres impulsions. Un enfant qui présente un grand contrôle volontaire tôt dans sa vie est généralement plus obéissant

et développera de l'empathie, de la honte et de la culpabilité aussi relativement tôt. Le contrôle volontaire est également lié positivement à la réussite scolaire.

Bien que les enfants développent un contrôle volontaire à leur propre rythme et acquièrent des niveaux variés, la plupart d'entre eux suivent un modèle général. L'aptitude des enfants à contrôler ce à quoi ils portent attention se manifeste généralement entre 9 et 18 mois. La plupart d'entre eux ont considérablement amélioré leur capacité à maîtriser leur attention et leur comportement à l'âge de 30 mois et continuent à l'améliorer visiblement entre 36 et 38 mois.

Nature versus influence du milieu

En général, il semble que le tempérament demeure relativement stable durant les trois premières années de vie et devient considérablement plus stable par la suite. Cependant, les parents et les donneurs de soins doivent absolument comprendre que si le tempérament des enfants dépend en grande partie de facteurs génétiques, la façon dont leur tempérament individuel se manifeste – s'ils apprennent à gérer leur impulsivité innée, par exemple – dépend aussi du milieu auquel ils sont exposés, y compris comment ils sont éduqués et disciplinés. Les expériences vécues au cours de la petite enfance sont donc très importantes pour la formation du tempérament.

En fait, la relation entre le tempérament et le milieu est réciproque. Si les premières expériences peuvent influencer sur le tempérament, il a aussi été démontré que le tempérament a un effet sur la trajectoire de vie des enfants. Par exemple, les enfants de tempérament facile tendent à manifester une plus grande résilience face aux difficultés de la vie. De plus, les enfants jugés difficiles en raison, par exemple, de leur tempérament impulsif, inattentif ou hyperactif sont moins susceptibles d'obtenir



Aistea Dobinescu

« Les enfants de tempérament facile tendent à manifester une plus grande résilience face aux difficultés de la vie. »

le soutien, l'encouragement et l'acceptation de leurs enseignants, de leurs parents ou de leurs pairs que ceux dont le tempérament est plus acceptable socialement. Une telle situation peut accroître les risques d'isolement social et de rejet qui, en retour, augmentent la probabilité que ces enfants, plus tard au cours de leur vie, présentent des comportements agressifs ou des troubles affectifs.

Cette influence du milieu signifie que les mesures d'adaptation prises par les parents, les enseignants et les donneurs de soins peuvent contribuer à « tempérer » les effets négatifs d'un biais tempéramental ou à encourager les aspects positifs. Selon les recherches menées dans ce domaine, le soutien et l'éducation peuvent aider les adultes à mieux réagir aux enfants qui posent des défis plus importants en raison de leur tempérament. Par exemple, les donneurs de soins peuvent apprendre à éviter les réactions négatives qui leur viendraient naturellement face à des enfants au tempérament difficile. Les parents d'enfants présentant certains tempéraments peuvent apprendre à modifier leur style parental. De plus, en montrant que les biais tempéramentaux individuels se manifestent tôt au cours de la vie, les résultats des recherches suggèrent qu'il faut commencer à intervenir dès la petite enfance, avant que les répercussions néfastes de certaines caractéristiques tempéramentales n'apparaissent.

L'impact du style de parentage

Le style optimal de parentage doit être assez souple pour s'adapter au tempérament de l'enfant. Par exemple, les enfants qui

présentent une inhibition craintive prononcée bénéficieront d'une discipline douce et les enfants plus audacieux, d'une constance et d'une chaleur humaine dans leur routine quotidienne. Ceux qui présentent un tempérament impulsif, inattentif ou hyperactif tireront profit d'une forme de discipline constructive et non violente et de l'inculcation directe de comportements plus acceptables socialement.

Tous les enfants gagnent à ce que leurs parents soient attentifs à leurs besoins et d'un attachement sécurisant.

Les donneurs de soins peuvent favoriser le développement du contrôle volontaire chez tous les enfants en leur offrant soutien et chaleur humaine et en évitant d'adopter un style trop froid, directif ou contrôlant. En d'autres mots, ils doivent accorder aux enfants la liberté d'explorer, tout en conservant des limites sécurisantes et adéquates dans un milieu d'affection et d'amour.

En conclusion, le tempérament est modelé par des facteurs génétiques et environnementaux. Bien que l'enfant hérite d'une propension naturelle à un tempérament particulier, il est aussi influencé par son milieu, et ce, dès la période prénatale et tout au long de l'enfance. Le tempérament influence la trajectoire de vie de l'enfant. Adapter ses stratégies de parentage aux tempéraments individuels de l'enfant contribue à miser sur les forces de l'enfant et à atténuer ses faiblesses, en lui donnant ainsi les meilleures des chances dans la vie. ↗

Articles basés sur :

Rothbart MK. Tempérament précoce et développement psychosocial. 2005:1-6. <http://www.enfant-encyclopedie.com/Pages/PDF/RothbartFRxp.pdf>.

Kagan J. *Tempérament*. 2005:1-4. <http://www.enfant-encyclopedie.com/Pages/PDF/KaganFRxp.pdf>.

Eisenberg N. Contrôle tempéramental exigeant de l'effort (autorégulation). 2005:1-6. <http://www.enfant-encyclopedie.com/Pages/PDF/EisenbergFRxp.pdf>.

Calkins SD. Le tempérament et son impact sur le développement de l'enfant : commentaires sur Rothbart, Kagan, et Eisenberg. 2005:1-6. <http://www.enfant-encyclopedie.com/Pages/PDF/CalkinsFRxp.pdf>.

Shiner RL. Impact du tempérament sur le développement de l'enfant : commentaires sur Rothbart, Kagan, et Eisenberg. 2005:1-6. <http://www.enfant-encyclopedie.com/Pages/PDF/ShinerFRxp.pdf>.

Stifter CA. Impacts des pleurs sur le développement psychosocial de l'enfant. 2005:1-7. <http://www.enfant-encyclopedie.com/Pages/PDF/StifterFRxp.pdf>.

Luthar SS. La résilience chez les jeunes enfants et son impact sur leur développement psychosocial. 2006:1-6. <http://www.enfant-encyclopedie.com/Pages/PDF/LutharFRxp.pdf>.

Webster-Stratton C. Agressivité chez les jeunes enfants : Services ayant fait leurs preuves dans la réduction de l'agressivité. 2005:1-6. http://www.enfant-encyclopedie.com/Pages/PDF/Webster-StrattonFRxp_rev.pdf.

Keenan K. Le développement et la socialisation de l'agressivité pendant les cinq premières années de la vie. 2003:1-5. <http://www.enfant-encyclopedie.com/Pages/PDF/KeenanFRxp.pdf>.

Bierman KL. Programmes et services qui se sont révélés efficaces pour diminuer l'agressivité chez les jeunes enfants. Commentaires sur les articles de Webster-Stratton, de Lochman et de Domitrovich et Greenberg. 2003 :1-6. <http://www.enfant-encyclopedie.com/Pages/PDF/BiermanFRxp.pdf>.

Dans Tremblay RE, Barr RG, Peters RDeV, eds. *Encyclopédie sur le développement des jeunes enfants* [sur Internet]. Montréal, Québec: Centre d'excellence pour le développement des jeunes enfants. Articles consultés en mars 2009.

APPRENTISSAGE CHEZ LES JEUNES ENFANTS

Centre du savoir

Bulletin

Centre du savoir sur l'apprentissage chez les jeunes enfants
GRIP-Université de Montréal
C.P. 6128, succ. Centre-ville
Montréal (Québec) H3C 3J7

Téléphone : 514.343.6111, poste 2541
Télécopieur : 514.343.6962

apprentissagejeunesenfants@ccl-cca.ca
www.ccl-cca.ca/apprentissagejeunesenfants

Rédacteurs en chef : Valérie Bell,
Richard E. Tremblay
Rédactrices : Lana Crossman,
Alison Palkhivala
Réviseurs scientifiques : Michel Boivin,
Stefanie Salazar
Révisseur : Sylvie Noisoux
Traduction : ComTra Inc.
Design : Fairmont House Design
Impression : Le groupe Quadriscan

ISSN : 1911-2149
Poste-publications N° de convention : 40069629

Le Centre du savoir sur l'apprentissage chez les jeunes enfants (CSAJE), un des cinq centres du savoir fondés et financés par le Conseil canadien sur l'apprentissage, publie ce *Bulletin* deux fois par an. Il est destiné aux prestataires et aux planificateurs de services, aux décideurs politiques, aux parents et au grand public. La reproduction des textes est autorisée, à condition de citer leur source.

Le CSAJE est un consortium d'organismes dirigé par le Centre d'excellence pour le développement des jeunes enfants, duquel font partie la Fédération canadienne des services de garde à l'enfance, l'Université Laval, le Réseau canadien de recherche sur le langage et l'alphabétisation, le Human Early Learning Partnership et le Groupe de recherche sur l'inadaptation psychosociale chez l'enfant. La mission du CSAJE est d'améliorer les connaissances en matière d'apprentissage chez les jeunes enfants auprès de ses publics cibles.