

LORSQUE LES ENFANTS TIMIDES ONT BESOIN DE NOTRE ATTENTION

Pourquoi certains enfants timides grandissent-ils sans problème alors que d'autres ont peu d'estime de soi, éprouvent des problèmes à l'école ou souffrent d'anxiété ou de dépression?

Depuis toujours, les enfants qui s'extériorisent ont suscité beaucoup d'attention. «Maintenant, nous constatons que les enfants qui sont calmes à l'école ou ceux qui se tiennent à l'écart méritent tout autant d'attention», déclare Robert J. Coplan, professeur au département de psychologie de l'Université Carleton et coauteur d'une recension sur le retrait social chez l'enfant.

Le retrait social fait référence à un enfant qui s'isole de son groupe d'amis, généralement pour des raisons de peur et d'anxiété sociale (c.-à-d., timidité) ou parce qu'il préfère la solitude (c.-à-d., insociabilité). La recherche sur le cerveau suggère que des facteurs biologiques peuvent être à la base de la timidité et du retrait social. Toutefois, le type d'éducation, la qualité de la relation entre le parent et l'enfant ainsi que la qualité des relations de l'enfant avec ses amis jouent un rôle dans le

développement, la modération et les résultats de ces tendances comportementales.

Les enfants timides et isolés font rarement les premiers pas auprès de leurs pairs. Lorsqu'ils interagissent avec les autres, ils semblent moins compétents socialement. Ils sont plus susceptibles d'être rejetés, d'être exclus et de subir de la victimisation par leurs pairs. Dès les premières années, le retrait social est lié à la solitude, à l'anxiété, à la dépression et au peu d'estime de soi. Il peut également entraîner des problèmes à l'école : les enfants timides ont tendance à moins participer en classe et peuvent devenir trop stressés dans le cas d'un test ou d'une situation axée sur la performance.

FACTEURS DE PROTECTION

Bien sûr, beaucoup d'enfants timides ou retirés socialement n'éprouvent pas de difficultés socioémotionnelles. Une étude récente

suggère un nombre de facteurs positifs qui peuvent «protéger» ces enfants. Par exemple, un environnement en classe accueillant et coopératif peut être bénéfique. Du talent ou des aptitudes particulières peuvent également aider ces enfants. Mais, par-dessus tout, les parents qui tiennent compte des caractéristiques et des besoins de leurs enfants, qui encouragent l'indépendance et qui créent des occasions d'interagir avec les pairs (p. ex., planifier des moments de jeu) aident leurs enfants à s'extérioriser et à mieux fonctionner socialement pendant la petite enfance.

Les interventions ciblant les enfants timides et retirés commencent tout juste à être développées et mises en œuvre. «Il n'y a rien de mal à être timide», souligne Robert J. Coplan. «Nous désirons fournir à ces enfants des stratégies d'adaptation afin que leur timidité ne nuise pas aux tâches importantes qu'ils doivent accomplir en matière de développement et dans la vie.» 🌱

PAR EVE KRAKOW

Réf. : Rubin KH, Coplan RJ, Bowker JC. Social withdrawal in childhood. *Annual Review of Psychology* 2009;60:141-171.

BULLETIN

Ce *Bulletin* est une publication du Centre d'excellence pour le développement des jeunes enfants (CEDJE) et du Réseau stratégique de connaissances sur le développement des jeunes enfants (RSC-DJE), organismes financés par diverses sources, dont le Conseil de recherches en sciences humaines du Canada (CRSH) et diverses fondations privées. Les vues exprimées ici ne représentent pas nécessairement les positions officielles de ces organismes subventionnaires.

Remerciements particuliers à Margaret & Wallace McCain Family Foundation pour sa contribution financière à la production de ce *Bulletin*.

Rédacteurs en chef : Kristell Le Martret, Nathalie Moragues, Richard E. Tremblay et Michel Boivin
Directrice de l'édition : Claire Gascon Giard
Collaboratrices : Eve Krakow, Alison Palkhivala
Réviseurs scientifiques : Marie Brossard Racine, Louis Richer, Nathalie Moragues
Correctrices d'épreuves : Valérie Bell, Maryse Froment-Lebeau
Traduction : KG Traduction inc.
Mise en pages : Guylaine Couture
Impression : SIUM
Photos : *Headway Magazine*, Université McGill (p. 2, portrait P. McGowan), Université McGill (p. 2, portrait M. Szif)

Centre d'excellence pour le développement des jeunes enfants
GRIP-Université de Montréal
C.P. 6128, succursale Centre-ville
Montréal (Québec) H3C 3J7

Téléphone : (514) 343-6111, poste 2525
Télécopieur : (514) 343-6962
Courriel : cedje-ceecd@umontreal.ca
Sites web : www.excellence-jeunesenfants.ca
www.rsc-dje.ca

ISSN 1499-6219
ISSN 1499-6227