

Immature et vulnérable

Laurent Maillard - Ostéopathe

L'être humain naît dans un état de grande immaturité, tant sur le plan moteur que émotionnel et cognitif.

C'est au travers des interactions et des stimulations provenant de son environnement qu'il parvient à se développer progressivement vers une certaine autonomie. Ce processus de maturation suit des étapes essentielles, parfaitement décrites, qui jalonnent son évolution. L'acquisition de ces compétences s'inscrit en parallèle avec le développement et la croissance du cerveau ainsi que celle du corps physique.

Le bébé est donc dans une grande dépendance vis à vis de son environnement relationnel pour répondre à ses besoins qui sont:

- Les besoins physiologiques et de santé
- Le besoin de sécurité physique et affective
- Le besoin d'expériences et d'exploration du monde
- Le besoin de cadre, de repères et de limites
- Le besoin d'estime de soi et de valorisation
- Le besoin d'identité

Tant que le nourrisson, puis l'enfant et l'adolescent, n'ont pas acquis des compétences suffisantes pour satisfaire leurs besoins de manière autonome, ils demeurent dans une relation de dépendance essentielle vis-à-vis de leur environnement familial.

Sur le plan moteur, leurs moindres capacités les limitent dans la possibilité de fuir ou combattre qui sont les premières stratégies disponibles chez l'adulte pour préserver leur intégrité physique et/ou psychique.

Sur le plan émotionnel, le développement de ces jeunes individus les amène progressivement à différencier leur propre expérience émotionnelle de celle de leur entourage.

Toutefois, dans les premiers temps, ils restent particulièrement sensibles aux états émotionnels prévalant autour d'eux, en raison de la maturation encore incomplète des frontières entre soi et autrui. Ces interactions leur offrent une opportunité précieuse de recevoir une attention bienveillante, stable et sécurisante, élément fondamental pour leur construction identitaire et affective. Il est d'ailleurs établi que, dans un effort de préservation du lien d'attachement, l'enfant peut aller jusqu'à nier son propre vécu, mettant de côté ses besoins et ses émotions pour préserver l'équilibre relationnel.

Bien que cela soit parfois nécessaire sur le plan de la survie affective, ce processus peut également entraîner des mécanismes de répression émotionnelle et motrice, où certains élans vitaux sont inhibés par des tensions chroniques.

Le cortex préfrontal est une région du cerveau responsable du contrôle des émotions et des impulsions. Or, il s'agit de la partie cérébrale qui achève sa maturation en dernier, un processus qui débute vers l'âge de cinq ans et se poursuit jusqu'à la vie adulte. L'absence

de pleine maturité dans cette zone explique la capacité limitée de l'enfant à se détacher suffisamment pour ne pas systématiquement réagir à ses ressentis émotionnels.

C'est une des raisons pour laquelle, les émotions chez l'enfant peuvent parfois être vécues de manière très intense, sans filtres apparents.

Toutefois, lorsque ces émotions se manifestent fréquemment et avec une intensité qui semble disproportionnée aux yeux des adultes, il peut être pertinent de considérer que l'enfant cherche à exprimer une trace persistante d'un stress passé qu'il n'a pas totalement libéré. Dans ces circonstances, une ou plusieurs consultations en ostéopathie émotionnelle pour les enfants pourraient être une approche adaptée pour offrir à l'enfant le soutien nécessaire afin qu'il parvienne à se réguler et à retrouver un état d'apaisement.

Par ailleurs, que ce soit pour un bébé ou un enfant, il est essentiel qu'ils puissent compter sur la disponibilité émotionnelle et l'accueil chaleureux de ses parents. Cette présence bienveillante leur permet progressivement d'acquérir les ressources nécessaires pour développer une autonomie émotionnelle fondamentale à sa vie adulte future. Ce processus, appelé co-régulation, fera l'objet d'un développement plus approfondi dans un autre article. En attendant, vous pouvez prendre inspiration en visionnant [cette vidéo](#).