

L'enfant qui n'aime pas les bisous



Certains enfants n'aiment pas que leur grand-maman, leur oncle ou leurs amis leur fassent des câlins ou des bisous. Devant ce refus, les parents se sentent parfois mal à l'aise et demandent à leur tout-petit d'être plus affectueux. Il est pourtant important de respecter les limites d'un enfant quand il s'agit d'un contact physique. Chaque personne a en effet sa propre zone de confort.

Déjà, bébé gazouille au contact d'une caresse qui lui plaît, et se recroqueville ou pleure lorsqu'il ressent de l'inconfort. En grandissant, certains enfants savent exprimer clairement leur refus : « Moi, je n'aime pas les bisous ! » Ils ont déterminé les contacts qui leur conviennent et ceux qui génèrent en eux de l'inconfort. D'autres tout-petits défendent maladroitement leur territoire personnel en poussant ou en criant. Sans nécessairement comprendre leur émotion, ils ressentent une intrusion dans leur bulle et réagissent.

Avec votre aide, votre tout-petit peut prendre conscience de ce qu'il ressent et de l'origine de son malaise. Peu à peu, il apprendra à exprimer verbalement son besoin d'espace ou encore à se retirer tranquillement dans un coin, tout en respectant les gens qui souhaitent ce contact avec lui.

Quelques moyens pour l'aider

Demandez toujours la permission à un enfant avant de lui faire un câlin ou avant de le prendre. Il apprend ainsi qu'il peut refuser le contact, même d'une personne de confiance.

- Nommez ce que vous observez et apprenez-lui à exprimer ses besoins avec des mots. Dites-lui, par exemple : « Je vois que tu n'aimes pas quand ton amie Amélie te serre dans ses bras. Tu la pousses pour qu'elle ne se colle pas sur toi. Tu peux lui dire que tu n'aimes pas les bisous dans le

cou ou lui demander de se reculer un peu pour te laisser plus de place. »

- Apprenez-lui à écouter sa petite voix lorsqu'elle dit « non » à tel bisou et « oui » à tel câlin, ou « non » à telle personne et « oui » à telle autre. Votre enfant comprendra alors que ce qu'il ressent est légitime et digne d'être exprimé.
- Félicitez votre enfant s'il choisit lui-même de s'isoler à l'occasion lorsqu'il a besoin d'être seul ou de se reposer.
- Au cours des activités où les contacts sont possibles, respectez le choix de votre enfant de ne pas participer. Tentez peu à peu de le sensibiliser aux émotions que cela peut faire vivre aux autres et invitez-le à exprimer de façon respectueuse son refus de certains contacts physiques ou rapprochements.
- Faites des activités qui favorisent le développement de l'[estime de soi](#). Plus votre enfant a confiance en lui, mieux il se connaît. Il sera ainsi mieux outillé pour faire face à ce genre de situations et apprendre à s'affirmer.

Quand votre enfant aime donner des bisous

De la même façon, votre enfant doit aussi respecter les limites de son entourage. Si votre enfant aime être affectueux avec son entourage, apprenez-lui à écouter l'autre qui ne veut pas recevoir de bisou ou de câlin. Proposez à votre tout-petit d'autres façons d'exprimer son affection :

- sourire;
- faire un clin d'œil;
- dire « je t'aime »;
- faire plaisir;
- faire un dessin ou un bricolage;
- demander : « Est-ce que je peux jouer avec toi? »

Il apprendra ainsi graduellement à tenir compte des sentiments des autres. Il se sentira également plus à l'aise d'exprimer les siens lorsque quelqu'un voudra entrer en contact avec lui et qu'il ne le souhaitera pas.

Le respect de son corps

Lorsque vous n'obligez pas votre enfant à embrasser un adulte pour le remercier ou qu'une personne se retient de l'embrasser, votre enfant développe son sens de l'autonomie et il apprend la notion de respect de son corps. Il comprend ainsi qu'il a le droit d'accepter ou de refuser un bisou ou encore d'utiliser une autre manière de dire merci. Surtout, il réalise que s'il n'a pas envie d'être embrassé, ou touché, il a le droit de dire non.



Révision scientifique : Solène Bourque, psychoéducatrice

Recherche et rédaction : Équipe Naître et grandir

Mise à jour : Mars 2015

Références

- BLOCH, Serge. Pas de bisous pour SamSam, Éditions Bayard jeunesse, 2008, 29 p. (dès 2 ans)
- DESCHENAUX, Nadine. La fin des bisous, Éditions de la Smala, 2014, 24 p. (dès 3 ans)
- MONFILS, Nadine. J'aime pas les bisous, Éditions Mijade, 2014, 32 p. (dès 5 ans)