

Le cerveau en développement dans un contexte de crise



IMAGE : Fournie par BRAC

Comment se construit notre cerveau

Selon le Centre de développement de l'enfant de l'université de Harvard, le cerveau se construit au fil du temps. Le développement du cerveau débute dans l'utérus et se poursuit à une vitesse fulgurante au cours des premières années de la vie puisque « plus d'1 million de nouvelles connexions neuronales sont établies chaque seconde » (« Brain architecture » 2022). C'est au cours des quelques premières années de la vie d'un enfant que de nouvelles connexions sont créées et que les connexions obsolètes disparaissent, posant ainsi les fondements des connexions qui seront établies plus tard dans la vie.

Le cerveau en développement de l'enfant est façonné autant par la génétique que par son expérience. Les interactions entre l'enfant et ses parents ou la personne qui s'occupe de lui est le facteur qui contribue plus au bon développement du cerveau. En forgeant un environnement stable et stimulant et en provoquant des interactions ludiques, la personne qui s'occupe de l'enfant crée des liens avec lui et jette les bases d'une croissance et d'un apprentissage continus. On parle de soins répondant aux besoins, l'une des cinq composantes des soins attentifs lorsque la personne qui s'occupe de l'enfant est attentive aux signaux donnés par l'enfant et y répond de manière appropriée et en temps voulu. Par exemple, lorsqu'un nourrisson ou un enfant gesticule ou pleure et que la personne qui s'occupe de lui répond par un contact visuel, quelques mots ou en le touchant, des connexions neuronales sont créées et renforcées dans le cerveau de l'enfant, ce qui favorise le développement de la communication et des compétences sociales.

Cependant, dans les contextes d'urgences humanitaires tels que les conflits ou les déplacements forcés, le soignant subit des facteurs de stress importants qui peuvent devenir un obstacle à l'adoption de ce comportement interactif. Il est crucial que les politiques et les programmes qui font partie des stratégies d'intervention humanitaire soutiennent le bien-être de la personne qui s'occupe de l'enfant afin qu'elle ait la capacité d'interagir de manière appropriée avec son enfant et de fournir des soins stables et cohérents (« Serve and return » 2022).



Tous les systèmes biologiques du corps interagissent les uns avec les autres et s'adaptent au contexte dans lequel l'enfant se développe - pour le meilleur et pour le pire.

– CONSEIL SCIENTIFIQUE NATIONAL SUR LE DÉVELOPPEMENT DE L'ENFANT, 2020

Réponses au stress



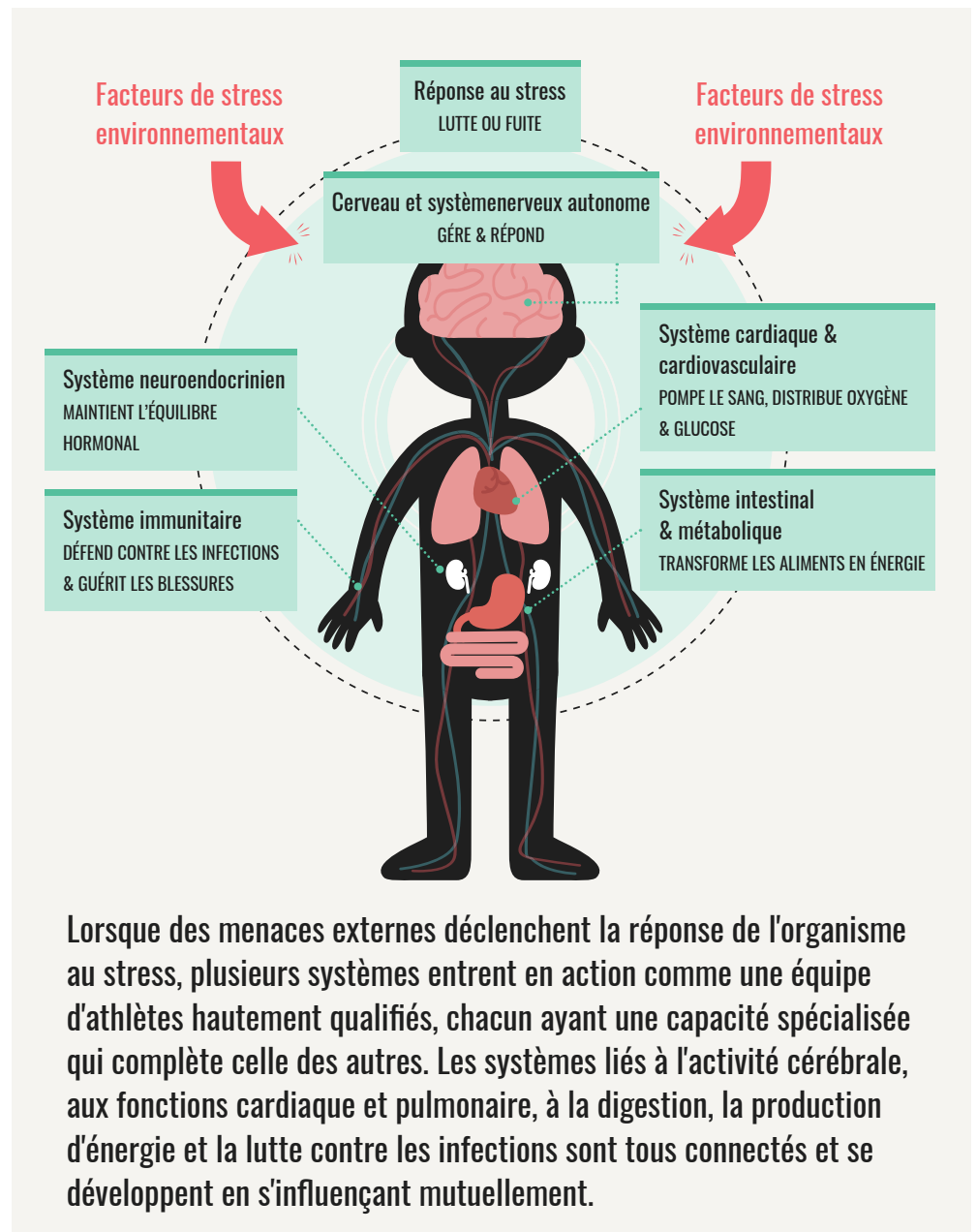
Pour les très jeunes enfants nés dans un contexte de conflit ou de déplacement prolongé, l'impact à long terme du stress chronique et des traumatismes qui durent dans le temps peut avoir des conséquences dévastatrices.

– MOVING MINDS ALLIANCE, 2019

Un certain stress est normal et inévitable. Apprendre à y faire face fait partie du développement sain de l'enfant. Lorsque les enfants ont de bonnes relations avec des adultes attentionnés et sensibles à leurs besoins, ils apprennent à gérer le stress et les défis quotidiens. C'est ce qu'on appelle le stress positif. Lorsque les adultes protègent de l'adversité plus grave, comme une blessure, une catastrophe naturelle ou le décès d'un être cher, en aidant l'enfant à s'adapter, il s'agit d'un stress tolérable. Dans ces cas-là, les soins attentifs peuvent atténuer les effets potentiellement néfastes de l'élévation du niveau de stress. Cependant, lorsqu'un jeune enfant est confronté à l'activation récurrente, extrême ou prolongée de la réponse au stress - comme c'est souvent le cas en situation de guerre, d'extrême pauvreté ou d'environnements violents - et ne bénéficie pas de l'intervention ou du soutien d'un adulte, il s'agit d'un stress toxique qui peut perturber le développement du cerveau. (The Impact of Early Adversity [L'impact de l'adversité à un âge précoce], 2007).

Le stress toxique affecte non seulement le cerveau en développement, mais aussi de nombreux autres systèmes corporels, notamment ceux qui régulent notre cœur, combattent les maladies et métabolisent les aliments pour nous fournir de l'énergie. Tous ces systèmes contribuent au bien-être et à la santé tout au long de la vie et peuvent être affectés par l'adversité dans l'enfance. (Conseil scientifique national sur le développement de l'enfant, 2020).

IMAGE : Adaptée à partir de Connecting the Brain to the Rest of the Body



Vivre en situation de conflit ou de crise augmente le stress auquel sont confrontés les enfants et les soignants

Les jeunes enfants et les personnes qui s'occupent d'eux qui vivent dans un contexte de conflit ou de crise sont particulièrement vulnérables au stress. Les enfants victimes de la guerre et des catastrophes naturelles peuvent être séparés de leurs principaux pourvoyeurs de soins, subir des violences sexuelles ou sexistes, des blessures physiques et subir des effets négatifs à long terme sur le plan affectif. (ECD in Emergencies [DPE en situation de crise], 2022). Les parents et soignants qui vivent dans une zone de conflit ou qui traversent une crise connaissent des niveaux élevés de dépression et d'autres problèmes de santé mentale. Cela signifie que leurs enfants sont exposés à un risque plus élevé de souffrir de problèmes de santé mentale. (Frounfelker et al., 2020).



Compte tenu des niveaux élevés d'exposition aux traumatismes, au stress et à l'adversité auxquels est confronté une grande partie de la population réfugiée et déplacée, des niveaux relativement élevés de dépression et d'anxiété ont été signalés par les soignants et les enfants.

– [MOVING MINDS ALLIANCE, 2019](#)

Lorsque les enfants se sentent menacés ou en danger, ils peuvent développer des réponses physiques et des comportements d'adaptation qui les aident à survivre dans les conditions difficiles qu'ils traversent à ce moment-là. Le problème est que cette survie à court terme se fait au détriment du bien-être physique et mental, d'un bon apprentissage et de la capacité d'autorégulation. (– Conseil scientifique national sur le développement de l'enfant, 2020).

Les enfants victimes de l'adversité sont davantage susceptibles de développer des problèmes cognitifs, comportementaux et affectifs, lesquels peuvent retarder leur développement global. Par ailleurs, l'exposition à l'adversité peut avoir des répercussions négatives sur le développement physique de l'enfant. Les données scientifiques montrent que de nombreuses maladies de l'adulte et les disparités persistantes en matière de santé associées à la pauvreté, aux catastrophes et à la discrimination sont liées au stress toxique vécu pendant l'enfance (Shonkoff, J et al. 2012).

L'adversité et les privations psychosociales n'affectent pas seulement l'enfant qui subit le traumatisme. Divers processus biologiques, comportementaux et socio-économiques provoquent un effet boule de neige qui s'étend à la famille de l'enfant, à ses futurs enfants et à la communauté plus large dans laquelle il vit. Il en résulte une transmission intergénérationnelle de l'adversité, des traumatismes, des désavantages et de la violence. L'expérience de l'adversité peut souvent renforcer les inégalités, et menacer la stabilité et la paix futures des sociétés. (Moving Minds Alliance, 2018).

IMAGE : Fournie par IRC Jordan



Atténuer les effets néfastes de l'adversité

Bien que le stress toxique soit extrêmement nuisible et puisse infliger des dommages durables à un enfant, il existe des solutions éprouvées pour atténuer ces risques. Une intervention précoce et des soins constants de la part d'un adulte bienveillant et attentif peuvent atténuer les effets du stress toxique et d'autres vulnérabilités causées par l'adversité. Lorsque les enfants ont ce dont ils ont besoin pour bien se développer au cours des premières années, ils peuvent s'épanouir maintenant et tout au long de leur vie.

Bien que de nombreuses formes de stress soient inévitables, une relation solide entre l'enfant et la personne qui s'en occupe protège ce dernier des effets du traumatisme. Les jeunes enfants comptent sur les adultes qui s'occupent d'eux pour développer un système de réponse au stress sain. Par conséquent, des services et des programmes de qualité qui intègrent des soins préventifs et le soutien affectif et psychologique des soignants, des parents et des enfants sont essentiels pour atténuer les effets du stress. Le Cadre pour des soins attentifs constitue un bon point de départ. L'approche holistique de cette démarche permet aux personnes qui s'occupent d'enfants de retrouver leur capacité à s'occuper d'eux avec attention. (Moving Minds Alliance, 2019).



Au lieu d'élaborer de nouveaux programmes et mécanismes de prestation, le secteur humanitaire peut intégrer les programmes de développement de la petite enfance (DPE) aux services existants.

Le secteur humanitaire peut apporter un meilleur soutien aux enfants et à leurs soignants

Le secteur humanitaire peut jouer un rôle essentiel pour aider les jeunes enfants et leurs familles. L'état affectif, mental et physique de la personne qui s'occupe d'un enfant ayant des répercussions directes sur sa capacité à s'en occuper, il est important de proposer des programmes et des services qui favorisent la santé mentale et le bien-être de cette personne, qui peut elle-même être confrontée à un traumatisme, à la dépression ou à l'anxiété. Dans certains cas, lorsque les parents n'ont pas la capacité de s'occuper de leurs enfants de manière réactive en raison de leur propre stress, il est nécessaire de compléter la prise en charge parentale ou familiale par d'autres types de soutien, comme la garde d'enfants.

Au lieu d'élaborer de nouveaux programmes et mécanismes de prestation, le secteur humanitaire peut intégrer les programmes de développement de la petite enfance (DPE) aux services existants. Des services DPE de qualité sont principalement axés sur les cinq composantes mentionnées dans le Cadre pour des soins attentifs pour le développement de la petite enfance : bonne santé, nutrition adéquate, soins répondant aux besoins, sécurité et sûreté et opportunités pour l'apprentissage précoce (UNICEF et al., 2020).¹ Si aucun secteur ne peut à lui seul répondre efficacement à l'ensemble des besoins des jeunes enfants et des familles, une intégration





complète n'est pas toujours réalisable. S'appuyer sur les services sectoriels existants et sur les plates-formes de prestation dont bénéficient déjà les jeunes enfants, les personnes qui s'en occupent et les familles peut s'avérer être une solution pragmatique et rentable. (Moving Minds Alliance 2019). Le Cadre pour des soins attentifs est un outil important qui permet aux acteurs humanitaires de s'assurer que les services destinés aux familles et aux jeunes enfants prennent en compte les besoins développementaux de cette tranche d'âge.

IMAGE : Cadre pour des soins attentifs pour le développement de la petite enfance



¹ Alors que le Cadre pour des soins attentifs de l'ONU se focalise sur « ce à quoi ressemble les soins attentifs au début de la vie, de la grossesse à l'âge de 3 ans, car il s'agit d'une période de développement rapide pendant laquelle sont jetées les bases de la santé et du bien-être futurs », le concept de soins attentifs s'applique à la vie entière, y compris aux enfants de leur petite enfance jusqu'à l'âge de 8 ans.

Exemples de critères favorisant l'intégration

 Santé	 Nutrition	 Protection de l'enfance	 Éducation
<ul style="list-style-type: none">• Veiller à ce que les services médicaux soient disponibles dans des lieux fréquentés par les mères et les jeunes enfants• Proposer un soutien en matière de santé mentale et un soutien psychosocial aux parents/soignants, ainsi qu'aux enfants	<ul style="list-style-type: none">• Diffuser des messages simples sur la stimulation des nourrissons et le développement du jeune enfant dans les lieux où les mères et les soignants attendent de recevoir une aide nutritionnelle• Créer un espace avec du matériel de jeu pour les séances de jeu entre soignants et enfants dans les centres de distribution alimentaire	<ul style="list-style-type: none">• Aider les soignants à identifier les symptômes de stress chez leurs enfants, à renforcer leurs capacités d'adaptation et à répondre de manière appropriée et sans violence aux comportements difficiles	<ul style="list-style-type: none">• Promouvoir les interactions sociales positives, l'apprentissage par le jeu, le mouvement et la pleine conscience dans les espaces d'apprentissage structurés, à la maison et dans la communauté au sens large

En négligeant de prendre en compte à la fois le besoin fondamental de soins attentifs au cours des premières années de la vie et l'impact à long terme d'un stress excessif sur le cerveau en développement, nombre de nos stratégies actuelles en matière de réponse humanitaire laissent les jeunes enfants, leurs familles et leurs communautés exposés à de mauvais résultats. Les prochaines fiches d'information approfondiront les points d'entrée susmentionnés et parleront de secteurs spécifiques et de la manière dont la réponse humanitaire peut soutenir concrètement les enfants et les personnes qui s'occupent d'eux afin de renforcer le développement cérébral des jeunes enfants et de fournir une base saine pour le développement précoce.

Références informations complémentaires



- ["Brain Architecture."](#) Center on the Developing Child website, Harvard University, 2022.
- [Early Childhood Development and Early Learning for Children in Crisis and Conflict.](#) Bouchane, K, Yoshikawa, H., Murphy, K., and Lombardi, J. Background paper to the [2019 Global Education Monitoring Report](#), UNESCO, 2018.
- [ECD and Early Learning for Children in Crisis and Conflict.](#) Moving Minds Alliance, 2018.
- [ECD in Emergencies: Thriving through Crisis by Playing and Learning.](#) UNICEF, 2022.
- [In Brief: Connecting the Brain to the Rest of the Body.](#) National Scientific Council on the Developing Child, 2020.
- [Nurturing care for children living in humanitarian settings.](#) UNICEF, International Rescue Committee, WHO, ECDAN and the Partnership for Maternal, newborn & Child Health, 2020.
- ["Serve and Return."](#) Center on the Developing Child website, Harvard University, 2022.
- [Supporting the Youngest Refugees and Their Families.](#) Moving Minds Alliance, 2019.
- [The Impact of Early Adversity on Child Development \(InBrief\).](#) Center on the Developing Child website, Harvard University, 2007.
- [The lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress.](#) Shonkoff, J. P., Garner, A. S., Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health, Committee on Early Childhood, Adoption, and Dependent Care, & Section on Developmental and Behavioral Pediatrics. *Pediatrics* vol. 129,1, 2012.

Remerciements

Ce document a été rédigé par Amanda Forsey de Soapbox, Kate Anderson et Mari Ullmann, et a été édité par Victor Hugo Dahlstroem, Sofie Enstrøm, Emily Garin, Kirsten Gelsdorf, Ashley Nemiro, Laura Peterson, Sarah Sexton, Elvira Thissen et Nour Jarrouj. Nous remercions le Centre sur l'enfant en développement de l'université de Harvard pour sa contribution et ses conseils.

À propos de Moving Minds Alliance

Moving Minds Alliance est un réseau de collaboration en pleine expansion, composé de 26 organisations membres dans le monde, qui se concentre sur la petite enfance dans les contextes de crise.

 [@MovingMindsECD](#)  [linkedin.com/company/moving-minds-alliance](https://www.linkedin.com/company/moving-minds-alliance)