

# Comment le cerveau de votre enfant se construit, étape par étape

Ce que la science du développement dit vraiment de ce qu'on peut attendre d'un enfant, à chaque âge — pour ajuster vos exigences, vos mots et votre patience, sans culpabilité.

4 stades de développement

Schémas & repères visuels

D'après Jean Piaget

Par Zineb Boubiya  
Psychothérapeute, fondatrice de la Méthode ELAN

**WePOSITIF**

## Un enfant ne pense pas « comme un adulte en plus petit »

Le psychologue suisse **Jean Piaget** a passé sa carrière à observer, avec une précision presque expérimentale, comment les enfants raisonnent à chaque âge. Sa découverte reste, un siècle plus tard, l'une des bases de la psychologie du développement : la façon même de comprendre le monde change par étapes, à mesure que le cerveau se construit physiquement.

Connaître ces 4 stades change tout, très concrètement : ça permet d'ajuster ce qu'on demande à son enfant à ce que son cerveau peut *réellement* lui offrir aujourd'hui — ni plus, ni moins. La plupart des tensions du quotidien viennent d'un décalage entre ce qu'on attend et ce que l'enfant peut faire à son âge.

*« Beaucoup de crises ne sont pas un problème de discipline. Elles sont la conséquence d'une attente d'adulte posée sur un cerveau d'enfant. »*

### VUE D'ENSEMBLE

#### Les 4 stades en un coup d'œil

##### 0 - 2 ans

Stade sensori-moteur

Le monde se découvre par les sens et l'action : toucher, porter à la bouche, faire tomber.

##### 2 - 7 ans

Stade préopératoire

Le langage explose, l'imaginaire aussi — mais l'enfant reste centré sur son seul point de vue.

##### 7 - 11 ans

Stade opératoire concret

La logique arrive, mais seulement sur ce qui est concret, visible ou manipulable.

##### Dès 12 ans

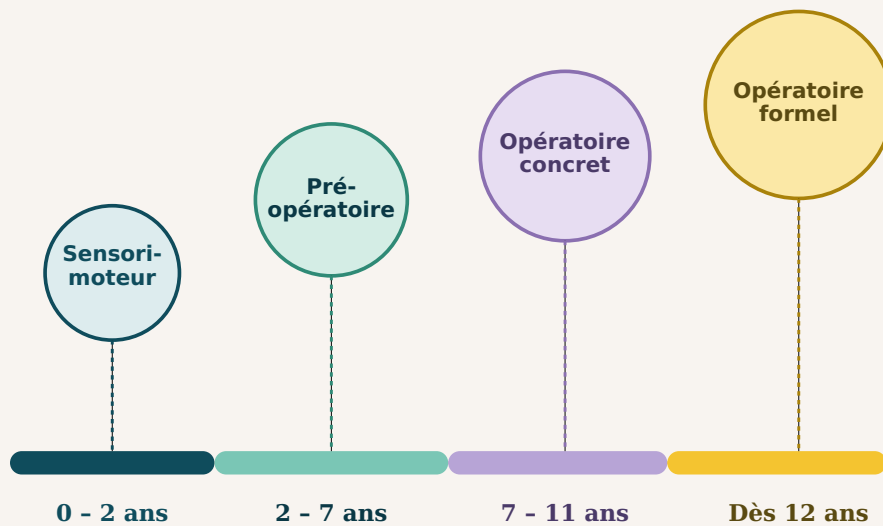
Stade opératoire formel

La pensée abstraite et hypothétique se met en place, et continue de mûrir jusqu'à l'âge adulte.

## SCHÉMA

# La ligne du temps du développement cérébral

Un repère visuel à garder sous les yeux : plus un enfant est jeune, plus son raisonnement dépend de ce qu'il voit, touche et vit directement — l'abstraction vient seulement à la fin.



### À RETENIR

Les cercles grandissent volontairement sur ce schéma : la capacité de raisonnement s'élargit à chaque étape, mais elle prend toujours appui sur les étapes précédentes. On ne « saute » jamais un stade.

## Le stade sensori-moteur

### Le monde s'apprend avec le corps, pas avec les mots.

Le bébé découvre tout par ses sens et ses actions : toucher, porter à la bouche, faire tomber, recommencer. Vers 8-12 mois apparaît une étape clé, la **permanence de l'objet** : il comprend qu'un objet caché continue d'exister même quand il ne le voit plus. C'est cette même découverte qui explique pourquoi votre absence, même brève, peut être si difficile à cet âge.

#### CE QUE SON CERVEAU PEUT FAIRE

- ✓ Explorer par les 5 sens et la répétition
- ✓ Reconnaître les visages et voix familières
- ✓ Comprendre qu'un objet cache existe encore
- ✓ Exprimer un besoin par les pleurs ou le geste

#### CE QU'IL NE PEUT PAS ENCORE FAIRE

- ✓ Patienter en comprenant "pourquoi"
- ✓ Anticiper une conséquence lointaine
- ✓ Se calmer seul sans un adulte proche
- ✓ Suivre une explication verbale complexe

#### CONCRÈTEMENT, À LA MAISON

Répondez à ses signaux plutôt que d'attendre de la patience : à cet âge, il n'en a pas encore les moyens biologiques. Votre présence régulière n'est pas un « caprice » à gérer, c'est ce qui construit sa sécurité de base.

## Le stade préopératoire

**Le langage explose, l'imaginaire aussi — mais tout tourne encore autour de lui.**

La pensée symbolique se développe : votre enfant joue « à faire semblant », invente des histoires, parle de plus en plus. Mais il reste **égocentrique au sens développemental** : il a du mal à imaginer un point de vue autre que le sien, et ne comprend pas encore qu'une quantité reste la même si sa forme change (par exemple, la même eau versée dans un verre plus fin lui semble « plus grande »).

### CE QUE SON CERVEAU PEUT FAIRE

- ✓ Parler, raconter, imaginer, jouer des rôles
- ✓ Suivre une consigne courte et simple
- ✓ Choisir entre deux options concrètes
- ✓ Ressentir des émotions fortes et rapides

### CE QU'IL NE PEUT PAS ENCORE FAIRE

- ✓ Se mettre facilement à la place de l'autre
- ✓ Comprendre un raisonnement abstrait long
- ✓ Relativiser une frustration immédiate
- ✓ Comprendre qu'une forme change sans changer la quantité

### CONCRÈTEMENT, À LA MAISON

Donnez des choix limités (« le pull rouge ou le bleu ? ») plutôt que de longues explications : le raisonnement abstrait n'est pas encore accessible, mais le choix concret, oui — et il redonne à l'enfant un sentiment de contrôle qui désamorce beaucoup de crises.

## Le stade opératoire concret

**La logique arrive enfin — mais seulement sur ce qu'il peut voir ou manipuler.**

Votre enfant pense désormais de façon logique, à condition que ce soit ancré dans du concret. Il comprend la **conservation des quantités**, la **réversibilité** (« on peut revenir en arrière »), et devient capable de classer, ordonner, comparer avec une vraie rigueur. C'est l'âge où les règles du jeu, les collections et les catégories deviennent passionnantes.

### CE QUE SON CERVEAU PEUT FAIRE

- ✓ Classer, comparer, organiser une logique
- ✓ Comprendre une règle si elle est illustrée
- ✓ Se projeter sur du court terme (aujourd'hui, demain)
- ✓ Négocier avec des arguments concrets

### CE QU'IL NE PEUT PAS ENCORE FAIRE

- ✓ Raisonner sur une idée purement abstraite
- ✓ Peser plusieurs hypothèses en parallèle
- ✓ Se projeter sur le très long terme
- ✓ Gérer seul une charge mentale scolaire lourde

### CONCRÈTEMENT, À LA MAISON

Utilisez des exemples concrets pour expliquer une règle, plutôt qu'un principe général : c'est exactement ce que son cerveau manipule le mieux à cet âge. Un tableau, un exemple vécu ou une image vaudra toujours mieux qu'un long discours.

## Le stade opératoire formel

### L'adolescent devient enfin capable de penser « et si... »

Votre adolescent devient capable de **raisonnement abstrait et hypothétique** : envisager plusieurs possibilités, argumenter sur des idées et pas seulement sur du concret, se projeter dans un futur lointain. Cette capacité continue en réalité de mûrir bien au-delà de l'adolescence, jusqu'au tout début de l'âge adulte — d'où l'importance de rester patient face à des raisonnements encore parfois "à trous".

#### CE QUE SON CERVEAU PEUT FAIRE

- ✓ Raisonner sur des idées abstraites
- ✓ Envisager plusieurs scénarios possibles
- ✓ Argumenter, débattre, remettre en question
- ✓ Se projeter sur le long terme

#### CE QUI RESTE ENCORE FRAGILE

- ✓ La régulation émotionnelle sous forte pression
- ✓ L'évaluation réaliste des risques
- ✓ La constance sur des projets à long terme
- ✓ La gestion de l'impulsivité face aux pairs

#### CONCRÈTEMENT, À LA MAISON

Impliquez-le dans la réflexion, pas seulement dans l'exécution : il est désormais capable de peser plusieurs options avec vous. Un ado qu'on associe à la décision applique une règle bien mieux qu'un ado à qui on l'impose.

## Ce qu'on attend souvent, ce que le cerveau peut vraiment faire

La plupart des tensions naissent de cet écart. Ce tableau permet de le repérer d'un coup d'œil, âge par âge.

| Âge               | On attend parfois...                         | Ce que son cerveau peut vraiment faire                                        |
|-------------------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| <b>0 - 2 ans</b>  | « Il doit apprendre à patienter »            | Répondre à ses besoins immédiats, sans notion d'attente                       |
| <b>2 - 7 ans</b>  | « Il devrait comprendre mon point de vue »   | Voir le monde depuis son seul point de vue à lui                              |
| <b>7 - 11 ans</b> | « Il devrait raisonner comme un adulte »     | Raisonner logiquement, mais seulement sur du concret                          |
| <b>Dès 12 ans</b> | « Il devrait toujours faire les bons choix » | Raisonner de façon abstraite, avec une régulation émotionnelle encore fragile |

### UN REPÈRE À GARDER EN TÊTE

Ces âges sont des repères, pas des règles strictes : chaque enfant avance à son rythme, parfois plus vite dans un domaine, plus lentement dans un autre. Ce qui ne change pas, en revanche, c'est l'ordre des étapes : on ne peut pas « sauter » un stade.

### LE RÉFLEXE À ADOPTER

Avant une réaction ou une punition, une seule question : « Est-ce que je demande quelque chose que son cerveau peut vraiment faire, à son âge, aujourd'hui ? » Cette question, à elle seule, désamorce une grande partie des conflits du quotidien.

## Où en est votre enfant aujourd'hui ?

Cochez les phrases qui décrivent le mieux votre enfant en ce moment. Le groupe où vous avez coché le plus d'affirmations indique le stade dominant à garder en tête cette semaine.

### 0 - 2 ANS • SENSORI-MOTEUR

- ☐ Il explore surtout en touchant et en portant à la bouche   ☐ Il pleure quand je quitte la pièce   ☐ Il répète sans cesse le même geste

### 2 - 7 ANS • PRÉOPÉRATOIRE

- ☐ Il joue beaucoup « à faire semblant »   ☐ Il a du mal à voir un autre point de vue que le sien   ☐ Ses émotions montent et redescendent très vite

### 7 - 11 ANS • OPÉRATOIRE CONCRET

- ☐ Il adore classer, collectionner, comparer   ☐ Il comprend une règle si on la lui montre  
☐ Il négocie avec des arguments concrets

### DÈS 12 ANS • OPÉRATOIRE FORMEL

- ☐ Il débat, argumente, remet les règles en question   ☐ Il se projette dans le futur   ☐ Il reste impulsif sous forte émotion, malgré sa logique

*« Il est tout à fait normal qu'un enfant coche des cases dans deux groupes à la fois : le passage d'un stade à l'autre est progressif, pas un interrupteur. »*

POUR ALLER PLUS LOIN

## Ces mêmes repères, appliqués à votre quotidien

La Méthode ELAN applique ces stades de développement à chaque situation réelle — crises en public, devoirs, coucher, écrans — avec des phrases précises et adaptées à l'âge exact de votre enfant, pas à une moyenne théorique.

**Découvrir la Méthode ELAN — [wepositif.com](https://wepositif.com)**

WePOSITIF · Par Zineb Boubiya, psychothérapeute certifiée · [wepositif.com](https://wepositif.com)