

Les concepts de la  
petite enfance

# L'autonomie de l'enfant

Mardi 15 juillet 2025

## Le concept d'autonomie : entre mythe et réalité chez le jeune enfant

Dans le champ de la petite enfance, l'autonomie est souvent vue comme un objectif central, presque une injonction : "Il faut qu'il devienne autonome !"

Mais savons-nous vraiment ce que cela signifie pour un tout-petit ? Quelles sont les étapes réelles de ce développement ? Et surtout, quelle est la place de l'adulte dans ce processus ? Il est temps de déconstruire certaines idées reçues pour revenir à une autonomie authentique et respectueuse du rythme de l'enfant.



L'autonomie ne signifie pas "faire seul à tout prix" mais renvoie à la capacité progressive d'un enfant à :

- Comprendre ce dont il a besoin
- Faire des choix adaptés
- Agir en fonction de ses ressources du moment
- Et parfois... demander de l'aide !

Être autonome, c'est aussi savoir reconnaître quand on ne peut pas faire seul.



Le jeune enfant n'a pas encore la maturité cérébrale pour être totalement autonome. Il a besoin d'adultes qui l'accompagnent avec confiance, mais aussi par sa présence et sa disponibilité.

Certains signes d'autonomie peuvent apparaître tôt :

- Il veut faire seul (phase du « non » et du « moi tout seul »)
- Il choisit un jouet ou un vêtement
- Il participe à des gestes simples (se laver les mains, mettre un bonnet...)

Mais cela ne signifie pas qu'il peut gérer seul l'ensemble de ses besoins, ni ses émotions.

« L'autonomie ne peut apparaître que si un adulte a été suffisamment bon pour soutenir la dépendance. »

*D.W. Winnicott*

Certaines phrases sont révélatrices "d'une attente adulte" plus que d'un réel besoin de l'enfant :

- "Il doit apprendre à se débrouiller."
- "Il faut qu'il soit autonome pour l'école."
- "S'il pleure pour un rien, c'est qu'il est trop dépendant."

Ces idées peuvent générer de la pression sur l'enfant, ou des postures de retrait de la part des adultes. Or, l'autonomie forcée devient une insécurité déguisée.

Un enfant sécurisé est plus libre d'explorer.

Un enfant qu'on "pousse" à l'autonomie trop tôt peut, au contraire, se replier.



Accompagner l'autonomie, c'est :

- Observer les compétences émergentes
- Soutenir sans faire à la place, mais sans abandon non plus
- Adapter l'environnement (matériel à hauteur, vêtements faciles à enfiler...)
- Valoriser l'effort, pas seulement le résultat
- Rester disponible émotionnellement : l'autonomie s'apprend dans un climat de confiance.

**L'adulte n'accélère pas le processus : il le rend possible, sécurisant et ajusté.**



Formations disponibles et sur-mesure  
sur [www.mgformations.fr](http://www.mgformations.fr)