

APPROPRIATION DES GOUTS ET DES ALIMENTS CHEZ L'ENFANT

Précurseur dans le champ de la psychologie du goût, Matty Chiva a ouvert de nombreuses pistes pour mieux appréhender les mécanismes d'appropriation des goûts et des aliments chez l'enfant, pistes que son ancienne élève Natalie Rigal a continué de creuser. Le réflexe gusto-facial du nourrisson est au départ non intentionnel mais va ultérieurement passer dans le registre verbal du grand enfant pour signifier « j'aime » ou « j'aime pas », un sens qui est culturellement partagé. La sensibilité gustative du nourrisson est corrélée à la mise en place éventuelle d'une néophobie alimentaire. L'appropriation des goûts et des aliments se fait par une éducation au goût et le partage de la cuisine dès sa préparation.

LE DEVENIR DU REFLEXE GUSTO-FACIAL

Le réflexe gusto-facial est défini par Matty comme une réaction mimique du jeune enfant, différente selon les grandes familles de saveurs (salé, sucré, acide, amer). Il est au départ réflexe, c'est à dire non intentionnel, mais va devenir, au cours du développement de l'enfant, un puissant outil de communication non verbal. Dans le prolongement de cette première définition, des recherches réalisées sur des enfants de 8 à 11 ans montrent que l'expression « amer » prend la signification du « j'aime ou j'aime pas ». C'est à dire que la mimique réflexe de départ, comprise par les adultes maternants comme l'expression d'un rejet, va passer ultérieurement dans le registre verbal du grand enfant pour signifier ce rejet. C'est un exemple de la psychologie initiée par Matty Chiva qui est une psychologie de l'intersubjectivité à l'intérieur de laquelle l'enfant apprend en grandissant, dans sa culture, à nommer ce qu'il ressent. Le sens qui est alors donné par l'entremise des parents est culturellement partagé : pour les enfants français, « amer » veut dire « pas bon ».

SENSIBILITE GUSTATIVE ET NEOPHOBIE ALIMENTAIRE

Définie comme une réticence à goûter des aliments nouveaux, la néophobie alimentaire est retrouvée préférentiellement chez les nourrissons les plus sensibles sur le plan gustatif à la naissance. En effet, ces enfants sont décrits à l'âge de 2 ans par leurs mères comme des enfants plus difficiles à nourrir que les autres. Des travaux de recherche récents ont fait une corrélation entre cette sensibilité gustative chez certains enfants, néophobie et obésité à l'adolescence. Cette sensibilité gustative, variable d'un enfant à l'autre selon son profil génétique de sensibilité, est un exemple de contraintes biologiques du corps qui va être pris en charge par la culture dans laquelle il évolue pour lui donner un sens. Il y a donc un passage progressif du biologique au culturel, tel que l'avait décrit Matty Chiva, dans le processus d'appropriation des goûts et des aliments chez l'enfant.

L'EDUCATION AU GOUT AU QUOTIDIEN

Au-delà de ces concepts de la psychologie du goût, l'éducation au goût passe par le partage au quotidien de la cuisine, lors de sa préparation, de l'achat des ingrédients, du partage des aliments, du modèle d'identification proposé par les adultes. La familiarisation avec le goût se fait finalement par du sens donné à ce goût par la culture dans laquelle évolue l'enfant. Le prêt à manger ne permet pas cette appropriation progressive du goût. La psychologie du goût est une psychologie du développement de l'enfant et a permis de porter un regard spécifique sur l'enfant avec ses goûts, sa néophobie et sa capacité à intégrer les informations qui lui sont adressées.

D'après l'intervention de Natalie RIGAL, enseignant-chercheur en psychologie du développement, université Paris X,

« Appropriation des goûts et des aliments chez l'enfant »

aux XIIèmes Rencontres Scientifiques de Nutrition de l'Institut Danone.