

L'impact de nos mots et de nos attitudes

En tant que parents, nous avons un rôle primordial dans le développement psychomoteur, affectif, social et émotionnel de nos enfants. Nous sommes **leurs tout premiers éducateurs** : notre présence, nos gestes, nos mots, nos émotions, et nos attitudes vont les imprégner dès leurs premiers jours de vie. Les enfants apprennent d'abord grâce à **l'observation et l'imitation**. Nous devons nous considérer et nous comporter comme **des modèles** car la manière dont nous réagissons, gérons nos émotions, faisons preuve ou non de politesse... va servir de repère à l'enfant. Mais notre rôle va bien plus loin : nous avons aussi **un rôle d'accompagnement et d'éducation**. Notre façon de communiquer est essentielle : exercée de façon positive et bienveillante, elle favorise l'estime de soi et l'épanouissement de nos enfants... d'où l'importance de **prendre conscience de l'impact que peuvent avoir sur eux certains de nos mots et de nos attitudes** !

Ces 6 prises de consciences correspondent au **6 thèmes développés dans les séances d'un atelier Faber et Mazlish** «Parler pour que les enfants écoutent».

La négation des sentiments et des émotions

Inconsciemment, **nous nions en permanence les sentiments et les émotions de nos enfants** : «Mais si tu aimes ton petit frère», «Mais non il ne fait pas trop chaud»... Pourtant, le fait de nier ce que ressent l'enfant **endommage son estime de lui-même** («Je ne suis pas capable de comprendre seul ce qui se passe en moi ») et entraîne le développement de caractères «**soumis** » ou au contraire «**rebelles**».

Apprenons à écouter vraiment l'enfant, **accueillir ses sentiments et les nommer** sera bien plus bénéfique pour lui.

Les méthodes traditionnelles pour obtenir la coopération

Bien souvent, pour nous faire «obéir» de nos enfants, nous donnons des ordres, des ultimatums, nous utilisons les intimidations, les menaces, les sarcasmes ou les comparaisons, nous faisons des sermons ou des leçons de morale, nous jouons les martyrs etc. Pourtant, **ces méthodes «traditionnelles» sont complètement contreproductives** : elles ont généralement pour effet de braquer l'enfant plutôt que de lui donner envie de coopérer.

Apprenons plutôt à utiliser des outils de communication qui permettent **d'améliorer la relation et de susciter la coopération spontanée** de nos enfants.

L'utilisation des punitions et châtiments corporels

La seule chose qu'apprend un enfant qui a été puni ou victime d'un châtimement corporel (claque, fessée etc.), c'est à **détester celui qui le lui a infligé** et à chercher des moyens de «**ne pas se faire prendre**» la prochaine fois. Utiliser ces méthodes l'empêche de faire face à son comportement et de prendre ses responsabilités. Elles peuvent aussi entraîner des **sentiments de vengeance, de défi, de culpabilité** etc.

Là aussi, apprenons à utiliser d'autres méthodes, tout aussi efficaces mais bien plus respectueuses de l'enfant.



Notre réticence à les «laisser faire tout seul »

Par amour, nous avons tous tendance à en faire trop pour nos enfants : à **faire les choses à leur place** lorsqu'ils n'y arrivent pas ou que nous n'avons pas le temps d'attendre, à **prendre les décisions pour eux**, à les abreuver de **conseils** etc. En faisant cela, nous créons des êtres «**dépendants**» qui auront du mal à se débrouiller sans nous !

Aidons les plutôt à devenir des adultes autonomes et responsables en favorisant au maximum leur autonomie.

Notre manière de les complimenter en permanence

Un enfant qui se sent apprécié aura beaucoup plus de chances de se sentir à l'aise avec lui-même et avec le monde qui l'entoure. Et beaucoup pensent que la meilleure façon de lui montrer qu'on l'apprécie, c'est de lui faire des compliments. Pourtant, la manière dont nous donnons ces compliments peut **entraîner des réactions beaucoup moins agréables que celles que nous imaginons** : anxiété, sentiment de faiblesse, doute sur la personne qui complimente etc...

De plus, répétés trop souvent, ils poussent l'enfant à faire les choses «**pour vous faire plaisir** et recevoir des compliments», plutôt que de les faire «**pour lui-même**»... au risque d'en faire un adulte complètement dépendant du regard de l'autre.

Apprenons donc à manifester notre amour inconditionnel et notre admiration **autrement qu'à travers les compliments** : en prêtant attention au vécu de notre enfant, en passant du temps et en jouant avec lui, en lui exprimant notre amour. Et si nous souhaitons le complimenter... utilisons des **compliments «descriptifs»**.

Les étiquettes que nous leurs collons

La manière dont nous voyons notre enfant impacte celle dont il se voit lui-même. En leur collant des «étiquettes» (la chouineuse, le feignant, l'intello de service, la petite maman etc.), **nous les enfermons dans des rôles dont ils ont souvent du mal à sortir**, et qui provoquent généralement chez eux **sentiments et comportement négatifs**.

Evitons donc autant de possible de leur coller ces étiquettes et aidons les à sortir de ces rôles que nous leur avons attribués.



Validé par
Isabelle FILLIOZAT