* Outils issus de l'approche Faber et Mazlish: "Parler pour que les enfants écoutent, écouter pour que les enfants parlent". Ces brèves recettes sont un extrait, adaptées pour le confinement, un coup de pouce, et font partie d'une approche plus globale et complète.

Recette b : Aider l'enfant à se libérer des rôles

Voici la dernière recette de notre série. Aujourd'hui nous allons essayer de décoller les étiquettes, et essayer d'arrêter de jouer des rôles. Car oui, nous sommes tous de vrais experts en théâtre, même sans nous en rendre compte!

Alors, vous êtes prêt.e? Action!

A SAVOIR AVANT DE SAVOURER

Pourquoi se libérer des rôles? Et puis, c'est quoi un rôle en fait ?! Ces quelques phrases vont peut-être vous aider à comprendre:

- Mon aîné est un enfant difficile
- Arnaud est une petite **brute**, de naissance
- Benoît est **naïf**. Tout le monde peut profiter de lui
- Michel, c'est l'avocat de la famille. Il a réponse à tout.
- Je ne sais plus quoi cuisinier pour Julie. Elle est si capricieuse.
- C'est du gaspillage d'acheter des choses neuves pour Richard, il abîme tout ce qui lui tombe sous la main. Cet enfant est un vrai brise-tout.

Alors, c'est plus clair?

Le problème avec les rôles dans lesquels nous enfermons les enfants, c'est qu'ils les jouent. Plus on leur répètera, plus ils se confineront dedans. Heureusement, les 6 ingrédients à venir vous permettront d'essayer de sortir de ce cercle vicieux!



SUGGESTION D'ACCOMPAGNEMENT

Aider un enfant à se percevoir différemment est difficile à mettre en pratique. C'est un des défis les plus grands pour les parents! Plus le rôle est joué depuis longtemps, plus il sera long de réussir à l'en sortir. Et parfois il y aura un "Ca y est, tu recommences!" qui vous échappera.

OBSERVER

Dans un premier temps, il est nécessaire d'identifier le/les rôle.s qu'on leur a attribué.s.

ETABLIR UN PLAN

Cela demande de la volonté pour trouver le temps nécessaire à cette partie, et en même temps, tout gros projet prend du temps.

Et celui-ci est vraiment important.

Vous pouvez essayer de vous poser les questions suivantes:
- Mon enfant joue-t-il un rôle? A la maison, à l'école, avec la famille?

Quel est ce rôle?

- Ce rôle comporte-t-il un aspect positif? (esprit joyeux chez le farceur, imagination chez le rêveur, ...)

- Qu'aimeriez-vous que votre enfant pense de lui-même ?
 (capable d'être responsable, de mener un travail jusqu'au bout,...)

PASSER A L'ACTION

Maintenant que le travail préliminaire est fait, vous pouvez essayer d'utiliser les ingrédients proposés. Pensez-y en amont avant de mettre en pratique. Vous pouvez même écrire vos idées pour chaque ingrédient, pour vous entraîner.



LA CERISE SUR LE GATEAU

"Ne sous-estimons jamais le pouvoir que les mots exercent sur la vie d'une jeune personne!"



1/ Rechercher les occasions de lui présenter une nouvelle image de lui-même
2/ Le placer dans des situations qui lui permettent de se voir d'un oeil différent
3/ Faire en sorte qu'il vous entende dire des choses positives à son sujet
4/ Donner vous-même l'exemple du comportement que vous souhaitez lui inculquer
5/ Etre le coffre aux trésors de ses bons coups
6/ Quand son comportement reflète l'ancienne image qu'il avait de lui-même, exprimer vos sentiments ou vos attentes

VERSION REVISITEE 1

- "Tu as ce jouet depuis l'âge de 3 ans et il a l'air presque neuf!"
- "J'aime cette façon de ma parler. Tu as dit ce que tu avais à dire sur un ton très agréable."

VERSION REVISITEE 2

- Je ne serai pas là cet après-midi. Alors, je te charge de nourrir le chien.
- Sara, voudrais-tu prendre le tournevis et serrer les vis de ces poignées ?

VERSION REVISITEE 3

- Au téléphone: "Maman, tu aurais dû voir ton petit-fils recevoir ses piqûres contre les allergies. Il a simplement tendu le bras. Et tu sais à quel point ces injections peuvent être douloureuses!
- Nous faisions du pop corn quand l'huile de la casserole a pris feu. Philippe a vite placé le couvercle sur la casserole, et l'incendie s'est éteint. Quel sang-froid dans ce moment de crise!

VERSION REVISITEE 4

- "Eh! Je pensais avoir gagné! C'est désagréable de perdre. J'aurais aimé gagner. Tant pis, je vais être bon.ne perdant.e. Félicitations!"
- "Que je déteste avoir à ranger le garage! Tout est en désordre! Bon, au lieu de faire tout le travail d'un seul coup, je vais ranger une section à la foi."

VERSION REVISITEE 5

- "Je n'ai pas pu grimper à la corde aujourd'hui. L'enseignante a dit que je manquais de coordination."
- "Je pense qu'elle ne te connaît pas comme je te connais. Lorsque tu avais 4 ans, tu as été le premier enfant du coin à faire du vélo sans les petites roues. Et je parie qu'elle ne t'ajamais vu te tenir sur la tête !"

VERSION REVISITEE 6

- On devrait partager les biscuits entre tous les membres de la famille ! Je m'attends à ce que tu puisses te dire non à toi-même.
 - "Il faut que tu me conduises au magasin!
- Cette façon de me parler me déplaît.Peux-tu me le dire d'une autre façon?"



LA TOUCHE DU CHEF

A ce stade, les ingrédients des 6 recettes réunies sont nécessaires et interconnectés. Accueillir le sentiment sera toujours la base de tout, dans toutes circonstances. Les paroles qui viennent des parents sont les plus marquantes pour un enfant, durant toute sa vie. Nous avons souvent l'habitude de pointer les mauvais coups ou les petites faiblesses. Le premier travail sera donc de commencer à observer et à remarquer les bons coups et les qualités de nos enfants. Puis, petit à petit, leur dire, leur faire remarquer, s'arrêter pour souligner un effort. Tous ces petits riens, mis bout à bout, sont extrêmement puissants, et vont venir s'ancrer directement dans leur banque émotionnelle, pour la vie. Et personne ne pourra leur enlever.

