



COMMENT RENFORCER LA CONFIANCE EN SOI DES ENFANTS ?



Nous pouvons soutenir la **confiance en soi** des enfants avec des paroles qui mettent l'accent sur le **développement de compétences**. Voici quatre manières d'utiliser le pouvoir des mots pour soutenir la confiance en soi des enfants.

1. MODELER LES CROYANCES QUE LES ENFANTS FORMULENT A PROPOS D'EUX-MÊMES

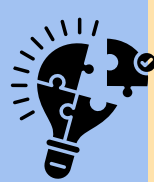


Il est possible de **refléter** aux enfants ce que nous voyons quand ils réussissent, même des actes qui paraissent anodins. Cela peut passer par des mots comme :

- *J'ai remarqué que tu as lu le premier chapitre de ce livre en entier. C'est la première fois que tu lis tout seul autant de pages.*
- *Je t'ai vu aller chercher le dictionnaire face à un mot que tu ne connaissais pas.*
- *Tu as mis la table sans que j'aies besoin de te le demander. Merci.*

Ces phrases s'appuient sur des **observations** ("j'ai vu/ j'ai remarqué/ j'ai observé") et sont très **spécifiques** (il ne s'agit pas de dire "tu es intelligente" ou "c'est bien").

2. INVITER LES ENFANTS À TROUVER DES SOLUTIONS



Quand un enfant rencontre un problème, on peut **valider** ses **émotions**, puis engager sa **réflexion** : *"C'est difficile pour toi de te souvenir des tâches à faire à la maison et puis tu préfères jouer plutôt que débarrasser le lave-vaisselle. Qu'est-ce qui pourrait t'aider à y penser la prochaine fois ? Qu'est-ce qui pourrait te donner plus envie ?"*

Les enfants se voient comme **capables** de trouver des solutions à leurs problèmes, de demander de **l'aide** s'ils sont bloqués sans se sentir diminués.

3. CONSIDÉRER L'ERREUR COMME UN LEVIER



Nous pouvons adopter une **vision positive de l'erreur** comme un signal sur ce qui **reste à comprendre**, sur les choses au sujet desquelles les enfants ont formé des conceptions erronées. L'échec peut engendrer de la déception, mais c'est "juste" un **problème** auquel il faut faire face, qu'il est possible de traiter, et duquel il y a à apprendre. Cet état d'esprit permet de ne pas confondre l'échec (*j'ai échoué*) avec une **identité** (*je suis nulle/ je suis un raté*).

4. FAIRE EN SORTE QUE LES ENFANTS ENTENDENT NOS COMPLIMENTS AUPRÈS D'AUTRES ADULTES



Un enfant peut être tenté de ne pas croire son parent quand ce dernier formule des encouragements car l'enfant peut se dire qu'il le fait juste pour le rassurer. Nous pouvons faire en sorte qu'ils entendent les **mots positifs** que nous formulons à leur sujet auprès de **personnes tierces** :

- *J'ai beaucoup apprécié qu'il passe l'aspirateur aujourd'hui.*
- *Elle est passée de 9/20 à 12/20 en français, elle a fait tellement d'efforts qu'elle est récompensée.*
- *J'aime passer du temps à le regarder jouer avec ses Lego, elle m'épate avec la précision avec laquelle elle construit ses modèles.*



La manière dont on parle à nos enfants devient leur **petite voix intérieure**, et nous pouvons saisir les opportunités de **modeler cette petite voix jeune**.