

Comment donner des instructions claires et bienveillantes aux enfants (plutôt que des faux choix) ?



Les inconvénients des faux choix donnés aux enfants

Si la réponse de l'enfant n'est pas celle attendue, le **parent** est de plus en plus **impatiente** et en colère, **l'enfant résiste** de plus en plus.

Les jeunes enfants peuvent se sentir **angoissés** du fait de ne pas savoir quoi répondre et du fait de sentir une **incohérence** entre les mots formulés ("veux-tu bien monter dans la voiture ?") et la volonté du parent (que l'enfant monte dans la voiture immédiatement).

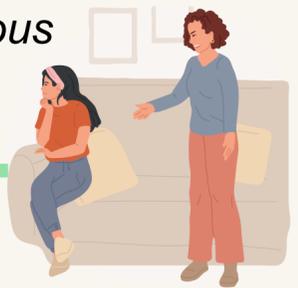
Avec **l'âge**, les enfants comprennent de mieux en mieux que les choix sont en fait des **ordres déguisés** et que ce sont des faux choix.

Capter l'attention et établir la connexion

Se placer à côté de l'enfant (pas en face) sans s'imposer, tout en montrant qu'on comprend que **l'enfant traverse un moment difficile**. Mieux vaut ne **pas trop parler** (une simple phrase comme "C'est difficile pour toi on dirait" suffit) et attendre que l'enfant se détende. Il est possible de s'asseoir en faisant quelque chose d'autre (comme lire).

Réaffirmer nos valeurs familiales

Réaffirmer les valeurs familiales permet de nourrir le **besoin** de sens et **d'appartenance** des enfants : *"Dans notre famille, on ne fait pas ça/ ce n'est pas un mot que nous utilisons. Dans notre famille, nous parlons gentiment."*



Donner une vision d'ensemble et des repères (séquence d'actions logiques)

Les enfants, jusqu'à l'âge de **5 ou 6 ans**, ont besoin qu'on leur dise **comment procéder** : la direction prise, et des instructions claires, dans l'ordre.



Par exemple :

Vision d'ensemble : *Nous allons partir bientôt parce que nous devons aller chercher ton frère au basket.*

Vision détaillée : *Viens m'aider à mettre ton goûter dans le sac à dos. Ensuite, nous mettrons les chaussures dans l'entrée et le manteau.*

Clarifier nos attentes

Les **consignes** données à la volée, entre deux portes ou du bas de l'escalier, par dessus l'épaule sont condamnées à être inefficaces.

Par exemple :

C'est l'heure de ranger le vélo et de monter en voiture. Allons mettre le vélo dans l'abri et assurons-nous de fermer la porte.



Pratiquer l'écoute empathique en cas de refus de l'enfant

Le simple fait de **nommer** les **émotions** de l'enfant participe à l'apaiser et à créer une connexion favorable à la coopération.

Par exemple :

Tu n'as pas envie de ranger ces cubes parce que tu as construit une grande tour. Je suis sûre qu'on peut voir de loin du haut de cette tour. Nous allons garder la tour et ranger les cubes autour dans le coffre à jouets.

Dégager un espace-temps tranquille pour nos demandes

Plus les instructions sont données lors de moments **tranquilles**, plus elles seront efficaces. Il peut être utile de **se retirer** dans un coin éloigné des distractions, des bruits, et se placer à **moins d'un mètre de l'enfant**.

Nous avons souvent tendance à trop parler. Nous pouvons faire une **"pause-pose-questions"** :

Pourquoi suis-je en train de parler ? Qu'est-ce que je veux vraiment communiquer ? Comment le dire avec moins de mots mais porteurs de plus de sens ?