

Accompagner son enfant vers l'autonomie

En devenant parent, on accepte de porter sur nos épaules un nombre infini de responsabilités. Parmi celles-ci, figure un important mandat : faire d'un petit être complètement dépendant, un individu autonome qui pourra intégrer la société et répondre à ses propres besoins. Et disons-le, cette quête de l'autonomie n'est pas toujours simple! Voici donc quelques astuces à considérer.

RESPECTER LE RYTHME DE L'ENFANT - On cherche parfois à faire évoluer notre enfant trop rapidement; parce qu'on ressent une pression dans notre entourage ou parce que le voir accomplir de nouvelles choses nous rend tellement fier. À l'inverse, on peut avoir tendance (consciemment ou non!) à freiner l'évolution de notre enfant; parce qu'on veut le protéger ou parce que la nostalgie nous gagne en constatant la vitesse à laquelle il grandit. Il faut éviter d'aller plus vite que lui ou, au contraire, de ralentir son évolution. Donc même si le petit voisin est propre, ça ne signifie pas pour autant que votre enfant est prêt à l'être. Et si vous ne laissez pas votre enfant se servir seul ses céréales simplement pour lui éviter le désagrément de faire un dégât, il se pourrait qu'il soit prêt à assumer cette responsabilité. Il faut donc trouver un juste milieu. Son juste milieu.

LE BON DÉFI - Il faut proposer à notre enfant des défis à sa mesure. Pas trop faciles, ce serait ni intéressant, ni motivant. Pas trop difficiles, ce serait plutôt décourageant. Lorsqu'un apprentissage semble complexe pour l'enfant, on peut adapter le défi à ses capacités. Si verser un verre de lait est trop difficile, on peut d'abord lui mettre du lait dans une petite tasse à mesurer. Il pourra alors consolider les gestes à poser avec un contenant plus léger, plus facile à manipuler et qui causera moins de dégât qu'une pinte de lait toute neuve. On permet ainsi à l'enfant de vivre des réussites, qui l'encourageront à continuer et à progresser.

LAISSER EXPÉRIMENTER - Peu importe le contexte, on a parfois tendance à intervenir rapidement. Et pourtant, quoi de plus formateur que de vivre ses propres expériences! Même si certaines sont moins agréables... Pourquoi multiplier les « attention, tu vas échapper la boîte »? Laissons-le l'échapper et aidons-le plutôt à assumer les conséquences, à comprendre le pourquoi et à identifier ce qu'il pourra faire différemment la prochaine fois. Lorsque sa sécurité ou celle des autres n'est pas en jeu, bien entendu.

TROUVER DU TEMPS - Dans ce quotidien où on manque cruellement de temps, il est tentant de faire pour notre enfant des tâches qu'il a pourtant le potentiel d'accomplir lui-même. Il est peut-être capable d'enfiler son manteau seul, mais il faut trouver du temps pour qu'il puisse essayer, se tromper, intégrer. Parce que oui, apprendre demande du temps. Beaucoup de temps!

ACCEPTER L'IMPERFECTION ET LA DIFFÉRENCE - Amener son enfant vers une plus grande autonomie, c'est aussi accepter que les choses soient accomplies de façon imparfaite. Ou simplement différente. Peut-être que notre enfant range ses choses d'une autre façon que celle à laquelle on est habitué. Mais il les range et c'est ce qui est important de souligner.

ENCADRER - Développer l'autonomie de notre enfant, c'est lui accorder une certaine liberté. Mais cette liberté est délimitée par un cadre que nous devons faire respecter. On laisse notre enfant choisir ses vêtements, mais il ne pourra pas changer d'idée et se changer

Accompagner son enfant vers l'autonomie

continuellement. On permet à notre enfant de faire ses devoirs seul dans sa chambre, mais s'il choisit de faire tout, sauf le travail demandé, il pourra perdre ce privilège. Notre enfant qui devient de plus en plus autonome a tout de même besoin de limites, et c'est à nous de les imposer.

DANS LE PLAISIR - Lorsque l'intérêt et le plaisir sont au rendez-vous, l'apprentissage se fait beaucoup plus naturellement. Avant même d'apprendre quelque chose à notre enfant, notre rôle est d'éveiller son intérêt, de s'assurer que le désir d'apprendre est bien présent.

Alors, allez-y! Usez de créativité afin de faire de cette nouvelle habileté LA chose la plus GÉNIALE que votre enfant n'aura jamais voulu faire! Et partagez avec lui ces moments d'apprentissage, parce que voir notre enfant apprendre et déployer des efforts pour s'améliorer, c'est beau à voir. Soyez présent pour pouvoir le soutenir quand il en aura besoin et surtout, pour pouvoir être aux premières loges au moment où la fierté de réussir se pointera sur son visage. Et sur le vôtre aussi.

Amélie Meeschaert, Ps.Éd.

Membre de l'Ordre de psychoéducateurs et psychoéducatrices du Québec