

Construire l'image de soi de votre enfant



1° Promouvoir le sentiment de sécurité et de confiance en établissant des règles de conduite

Exemple négatif 1 Samuel 3/13 Eli n'a pas établi et appliqué de ligne de conduite pour ses fils.

- Trop de règles c'est frustrant et décourageant, surtout pour les adolescents; on doit donc en avoir peu, mais bien les choisir, puis, éliminer les autres. S'il y a trop de règles, cela produit soit la rébellion, soit le découragement de ne pas réussir à les observer.

2° Promouvoir le sentiment d'appartenance en expliquant les raisons motivant les règles de conduite

- Dire simplement: « Fais-le parce que je l'ai dit », est l'une des pires explications à donner à son enfant; cela montre à l'enfant qu'il ne mérite même pas une bonne explication.

- Cela ne veut pas dire qu'il faut donner une réponse dans tous les détails à chaque « pourquoi ? », mais une question légitime demande une réponse légitime. (On peut attendre que l'enfant ait obéi, pour que l'obéissance ne dépende pas du fait d'obtenir d'abord l'explication).

Raisons importantes pour des règles

- Enseigner des valeurs bibliques
- Maintenir l'ordre et le respect mutuel dans la famille
- Assurer la sécurité physique de l'enfant
- Donner à l'enfant un sentiment de sécurité en établissant des limites à des actions impulsives ou mauvaises

3° Promouvoir le sentiment d'appartenance en proposant une activité alternative

- Chaque fois que l'on prive l'enfant d'un objet ou d'une activité, nous devrions essayer de lui proposer d'autres choses à la place. Imaginez-vous comment peut être la journée d'enfant:

- Ne touche pas à ceci
- Ne sors pas ce jouet-là
- Ne joue pas dans le salon
- Partout l'enfant rencontre des « non, non », qui peuvent à la longue le frustrer et le décourager, lui faire penser que ses parents ne se préoccupent pas de le rendre heureux.

Dieu comme modèle

- Notre modèle est encore le Dieu de la Bible et la façon qu'Il traite Ses enfants. La Bible a ses « Non, non », mais elle propose à la place une vie de défis, de service et de contentement. Certains chrétiens, au contraire, voient Dieu comme un père sévère qui les empêche d'avoir du plaisir et de s'épanouir sagement. Cette conception de la vie provient souvent d'une enfance avec des parents dominateurs qui n'ont pas procuré d'expériences joyeuses à leurs enfants.

- Un enfant qui s'ennuie ou qui se comporte mal est habituellement un signe qu'il n'a pas assez à faire, ou qu'il manque de variété dans ses activités. Les jeux à l'extérieur sont essentiels; ils servent à faire sortir la tension et le surplus d'énergie, empêchant qu'ils se traduisent en mauvais comportement. Garder les enfants occupés n'est pas une chose acquise une fois pour toutes; il faut rester sensible à leurs besoins qui changent souvent !

4° Promouvoir la confiance en soi par l'appréciation et les compliments

- Chaque critique envers un enfant détruit sa confiance en lui, alors que chaque compliment aide à bâtir une saine confiance en soi.

Pour un enfant il n'y a pas de critique constructive.

Lui dire avec bonne volonté: « C'était bien, mais tu peux faire mieux » = « Mon parent dit que c'était bien, mais il n'est pas vraiment content de moi » et cela mine la confiance en soi, et il doute de l'amour de ses parents.

Pourquoi certains parents sont si critiques avec leurs enfants ?

- La raison réside souvent dans l'image personnelle du parent lui-même; il veut être fier de lui, se croire un « bon » parent, et pour cela, il veut un enfant qui fait des performances extraordinaires. Un enfant qui a des résultats moyens ne gonfle pas beaucoup l'égo de ces parents-là !

Critiquer un enfant peut l'amener à performer mieux, mais à quel prix ?

- Nous sacrifions le but à long terme d'une saine confiance en soi pour les résultats immédiats de performances exceptionnelles; une fois adulte, de telles performances ne pourront compenser une image de soi déficiente.

- On dit qu'avec les enfants il faut 100 compliments pour compenser une seule critique; certainement que les enfants ont besoins de recevoir notre support, nos encouragements et nos compliments en abondances. Quant aux critiques on doit s'en tenir au strict minimum.

5° Promouvoir l'estime de soi en démontrant du respect

- Si nous disons à nos enfants que nous les aimons mais que nous ne tenons pas compte de leurs choix, nous leur disons qu'ils ne seront importants seulement quand ils seront des adultes.
- Contrairement à cela, la Bible considère les enfants avec beaucoup de valeur Matthieu 19/14.
- En traitant nos enfants comme des personnes à part entière, nous faisons beaucoup pour promouvoir leur bonne estime de soi.

6° Ne pas détruire l'estime de soi en motivant par la culpabilité

N'as-tu pas honte de toi ? Après tout ce qu'on a fait pour toi, regarde comment tu nous traites maintenant !

- Voilà des paroles qui tentent de motiver par la culpabilité; c'est une terrible façon d'agir !
- Utiliser des expressions comme « mauvaise fille », « pas bon garçon » est une façon de détruire l'estime de soi de notre enfant. Le sentiment de n'avoir aucune valeur ne doit pas être confondu avec le sentiment d'être pécheur.

Pour enseigner correctement l'enfant concernant le péché, on doit retrouver 5 éléments

- 1° - Quelle est la volonté de Dieu pour une vie sainte Galates 5/19-26.
- 2° - Tous nous avons échoué pour suivre cette volonté Romains 3/23.
- 3° - L'enfant a une grande valeur aux yeux de Dieu, bien qu'il soit pécheur, parce que Dieu a envoyé son Fils pour lui et veut le prendre dans sa famille 1 Corinthiens 1/1-9, 1 Jean 3/1.
- 4° - Conduire l'enfant à Christ, qui est la réponse au péché Jean 3/16, 1/12.
- 5° - Encourager l'enfant à être obéissant en étant motivé par l'amour et non par la culpabilité Ephésiens 5/1-2, 1 Jean 4/11-18.

Quand notre enfant réalise

- Que Dieu l'a créé et que Jésus est mort pour lui aussi, il peut apprécier correctement sa valeur personnelle. Il sera donc en meilleure position pour reconnaître son mauvais comportement et s'en détourner.

7° Promouvoir la confiance en soi et le sentiment d'appartenance en donnant des responsabilités

- Chacun a besoin de se sentir important, de savoir qu'il a sa place.
- L'enfant qui "oublie" ou refuse de faire sa tâche est en train de tester ses parents.
- Si ses parents se mettent en colère et le forcent à faire sa tâche, il se rebelle davantage.
- Si les parents lui expliquent calmement que chacun dans la famille a sa tâche importante à faire et le placent devant une conséquence logique, l'enfant sera valorisé en choisissant de mettre lui aussi la main à la pâte.

8° Promouvoir la confiance en encourageant l'individualité

- Entre le moment de la naissance et celui où il devient adulte, l'enfant doit acquérir graduellement une identité personnelle et une indépendance, et les parents sont la clé pour permettre graduellement cet apprentissage.
- En encourageant les initiatives, les idées et les actions personnelles, nous favorisons cette saine confiance en soi. En surprotégeant nous ruinons cette confiance.
- Le manque de laisser progressivement à nos enfants la place dont ils ont besoin pour devenir matures est l'une des plus grandes causes de rébellion chez les adolescents dans les foyers chrétiens.
- Parce que nous sommes les représentants de Dieu, nous nous prenons parfois pour Dieu !
- NOUS décidons de toutes les règles
- NOUS prenons toutes les décisions
- NOUS faisons comprendre à l'enfant qu'il ferait mieux de prendre sa place
- L'enfant commence alors à se demander s'il peut faire quoique ce soit de valable de lui-même. Il développe de la rancune à se faire traiter comme un bébé, mais il n'ose pas s'affirmer face à un parent autoritaire, et il refoule ses sentiments. Un jour quelque chose se produit; ou il se rebelle et quitte la maison ou il se replie sur lui-même et devient dépressif.

Actions pour développer le sentiment d'appartenance

- Discuter et expliquer les raisons de ces règles
- Proposer des activités alternatives
- Donner des responsabilités

Actions pour développer l'estime de soi

- Démontrer du respect
- Ne pas motiver par la culpabilité mais par l'amour
- Actions pour développer la confiance en soi
- Etablir des règles de conduite juste

- Compliments fréquents
- Donner des responsabilités
- Encourager l'individualité

