



LES P'TITS BOURGEONS

Savoir dit NON à son enfant : une preuve d'amour

Qu'il soit l'heure de se coucher, de prendre son bain, de s'habiller...Il commence toujours par dire NON. Range tes jouets : toujours NON. C'est la phrase d'opposition de chaque enfant. Il manifeste les premiers signes de son autonomie à travers ce mot dès qu'il commence à parler, quoique certaines tentatives apparaissent bien avant le langage.

C'est là où se pose la difficulté du parent : doit-on cajoler l'enfant et lui faire avaler ses larmes chaudes ou écraser nos émotions et nous forcer à lui poser des limites ?

Pour pouvoir répondre à cette question, il faut d'abord comprendre en quoi consiste cette phase d'opposition :

L'opposition est une façon de s'opposer, d'affirmer ses désirs, de se distinguer. L'enfant commence à maîtriser ce qu'il entend et ce qu'il comprend, il s'approprie ses désirs, ses besoins et ses envies. Il dit « je ». Il n'a pas envie de ce petit frère ou de cette petite sœur, il ne veut pas quitter maman et aller à l'école, il ne veut pas grandir et accéder à la propreté. Il dit NON, il s'oppose, il cri, il se roule par terre, pique des crises, manipule, frappe, mord...

Ce que le parent ne sait pas, c'est que l'enfant lui, sait très bien ce que le parent attend de lui...Et oui, l'enfant est un grand manipulateur ! La phase d'opposition a commencée et c'est parti !

Avant de concevoir votre plan d'attaque, n'oubliez pas que cette phase est très importante pour l'enfant. Elle lui permet de créer un monde imaginaire, un monde de toute puissance dont tout enfant a besoin pour bien évoluer. Cependant, cette toute puissance ne peut pas et ne doit pas durer. Il est donc indispensable de poser des limites à son enfant pour lui permettre de bien se construire et d'évoluer sainement.

En effet, contrairement à ce qui peut être pensé, un enfant sans limites n'est pas un enfant libre mais un enfant otage de ses pulsions. Il a peur de sa propre agressivité et est envahi par une angoisse innommable. Il casse, frappe, devient agressif. Rien ne l'arrête. Il n'arrive pas à se contrôler et il est emporté par son agressivité, ce qui génère de la culpabilité : je suis jaloux de

mon petit frère e j'ai envie qu'il se fasse du mal, il vient tout juste de se cogner la tête. Voilà c'est de ma faute. D'ailleurs qui va m'interdire de lui faire du mal puisqu'on ne m'interdit jamais rien ? L'enfant reste dans la pensée magique, dans la toute-puissance qui peut lui être agréable à court terme mais très nuisible à long terme.

En fait un enfant sans limites vit dans une jungle où tout est possible : qui va me protéger puisqu'il n'y a pas de loi ?

Les enfants eux-mêmes ont besoin de limites et les réclament. Ils testent les adultes, les manipulent et les poussent à bout pour mettre un terme à leur propre agressivité (ex : adaptation). Quand les parents ne captent pas le message, les enfants peuvent eux-mêmes réclamer leur propres limites, une fausse limite qui fait intervenir juste le corps : ils se font mal, tombent ou se blessent.

Il est donc indispensable de savoir dire NON à son enfant, tout simplement parce qu'il a besoin de limites pour se structurer, se sentir en sécurité et se sentir aimé. Il est normal que chaque enfant cherche la satisfaction immédiate et cherche à accomplir un plaisir, mais ce n'est qu'en se conformant aux interdits qu'il comprend à contrôler petit à petit ses désirs, supporte la frustration et apprend à attendre. Il doit comprendre qu'il peut demander sans exiger, que ses désirs ne sont pas des ordres, qu'il fait partie d'une société dont il doit respecter les règles parce qu'il n'est pas le centre du monde.

Avoir peur de dire NON

S'il est donc si nécessaire de mettre des limites à votre enfant, pourquoi vous semble-t-il alors parfois si difficile d'assumer votre autorité ?

Vous avez peut-être peur d'être moins aimés, de faire du mal à votre enfant ou de le traumatiser ? Vous cherchez même parfois à être copain avec lui plutôt que de représenter figure parentale d'autorité. Vous voulez peut-être éviter un conflit ? Certaines réticences dépendent du vécu de chacun...

Ne vous en faites pas, votre petit monstre va survivre à votre NON. Figurez-vous que c'est nécessaire ! Il y a toujours une façon ferme et aimante de dire NON à l'enfant, une façon respectueuse néanmoins autoritaire. Ces 2 concepts ne s'opposent pas, au contraire ils se complètent.

Savoir dire NON à son enfant n'est donc pas toujours facile, mais il faut apprendre à être ferme, à assumer un désaccord qui sera fondateur pour l'enfant puisqu'il se confrontera à l'opposition, à la castration.

Aucun enfant ne peut grandir sans déception et sans frustration. En lui posant des limites, vous l'aidez à murir, à s'épanouir et à se structurer. Cette souffrance l'humanise et lui permet

d'accéder aux règles de la vie sociale. Sans interdits, il reste dans la toute-puissance, dans un monde dangereux pour lui et pour les autres.

Comment et quand dire NON ?

Maintenant qu'il vous est plus facile de dire NON, voyons comment et quand l'utiliser ?

Il ne faut quand même pas en abuser et il faut que votre NON ait un sens pour que votre enfant vous prenne au sérieux ! C'est un NON ferme, qui n'est pas manipulable. Si vous lui dites NON, qu'il ne répond pas et que vous ne résistez pas, vous perdez de votre autorité et de votre crédibilité. Vous aurez sûrement à répéter les règles clairement, plusieurs fois avant que l'enfant ne l'intègre. Ne baissez pas les bras, il vous attend au moindre signe de fatigue !

Faites également attention à ne pas revenir sur un interdit. N'abuser donc pas du NON pour ne pas avoir à vous rétracter, ce qui diminuerait votre pouvoir de conviction.

Vous doutez encore ? Voilà quelques interdits indispensables !

Il est interdit que votre enfant se prenne pour votre ami ou votre égal. Il doit comprendre qu'il y a une différence de génération à respecter.

Il doit également savoir que même s'il est amoureux de papa ou de maman, il ne peut pas l'épouser. Croyez-moi, il va tomber amoureux de vous et c'est là votre rôle de lui faire comprendre que vous n'êtes pas tout à lui. Il va se sentir exclu, ce qui génère en lui une frustration indispensable et nécessaire pour structurer son évolution psychique. (ex : on ne s'incruste pas dans la chambre parentale, et on laisse la paix à maman quand elle passe aux toilettes).

Eviter d'éclater de rire quand votre petit amour vous fait les doux yeux et des grimaces en se faisant gronder et attention au piège des négociations interminables : l'enfant et le parent ne sont pas des alter egos

Cette autorité s'applique avec amour. Quand l'enfant se sent aimé il accepte l'autorité...

Allez y maintenant...Sans culpabilité ! Beaucoup d'amour et Pas de pitié pour nos p'tits monstres☺

Dima Tabbara