

L'art d'être parent

Favoriser l'indépendance chez nos enfants

C'est à nous, en tant que parents, d'élever nos enfants en vue de les préparer pour l'avenir. Il faut que nos enfants deviennent des adultes indépendants, autosuffisants et compétents. Pour aider nos enfants à acquérir ces aptitudes, il faut leur donner la chance de prendre des risques, d'exercer leurs compétences et de vivre diverses situations. Il faut qu'ils aient assez de confiance en soi pour dire « NON » à leurs pairs.

Quand les parents surprotègent leurs enfants, ils ont tendance à contrôler chaque situation qui touche leurs enfants et à tout faire pour eux. Les parents qui surveillent chaque geste que pose leur enfant peuvent finir par entraîner :

L'incapacité apprise

- L'enfant se fie beaucoup à ses parents, même pour accomplir de simples tâches.
- L'enfant a peur de tenter de nouvelles expériences.
- L'enfant croit qu'il n'est pas capable d'exécuter une tâche.
- L'enfant a peur de prendre des risques.

Le découragement

- L'enfant ne veut pas prendre de risques.
- L'enfant a peur de commettre une erreur.
- L'enfant abandonne facilement quand « ça devient plus difficile ».

L'impression de ne pas être à la hauteur

- L'enfant n'a pas la confiance nécessaire pour tenter une nouvelle expérience.
- L'enfant a l'impression qu'on ne lui fait pas confiance.

Le manque d'un sens de l'organisation

- L'enfant n'a pas eu la chance d'exercer ses aptitudes à l'organisation.

L'acquisition restreinte des aptitudes à la vie quotidienne

- L'enfant n'est pas capable d'exécuter des tâches simples.
- L'enfant n'est pas capable de gérer son argent.
- L'enfant n'est pas capable de gérer son temps.

Mesures à prendre pour favoriser l'indépendance

1. Connaissez les capacités de votre enfant, tant ses points forts que ses points faibles.
2. Ne faites pour votre enfant que ce qu'il n'est pas capable de faire tout seul.
3. Prenez le temps de montrer à votre enfant comment faire. Faites-le, autant que possible, dans le cadre des activités quotidiennes ordinaires.
4. Laissez à votre enfant le temps de s'exercer à exécuter la nouvelle habileté.
5. Assignez des tâches à votre enfant et augmentez-en le degré de difficulté à mesure que votre enfant grandit. Donnez à votre enfant le choix en ce qui concerne les tâches qu'il aimerait assumer.
6. Louez et encouragez TOUS les efforts déployés.
7. Encouragez la prise de risques tout en tenant compte de la sécurité.
8. Donnez à votre enfant la chance de gérer son argent et de prendre des décisions concernant les dépenses. Les enfants devraient avoir leur propre compte en banque.
9. Donnez à votre enfant la chance de gérer son temps. Il est bon qu'il apprenne à utiliser un réveil.
10. Donnez à votre enfant de plus en plus d'occasions de prendre des décisions à mesure qu'il grandit et qu'il acquiert de la maturité.
11. Donnez à votre enfant des occasions de gagner votre confiance. S'il la perd, permettez-lui de la regagner. Rappelez-vous que nous faisons tous des erreurs.
12. Assurez-vous que votre enfant sait que vous, en tant que parent, avez toujours le droit d'établir des limites et de dire « non ».

Conseil : Vous devriez viser à aider votre enfant à devenir un adulte capable, compétent et indépendant qui sera également votre ami.