



n° 43 • Sept. / Oct. 2014

l'écolomag

le journal des écolopratiqes

L'écologie relationnelle

La Confiance, quel cadeau !!

proposé par **Nathalie Reinhardt**
coordinatrice de l'Atelier Gordon
(www.ateliergordon.com)
<https://www.facebook.com/pages/LAtelier-Gordon-France/544035392310154>



Je me dis que j'ai eu beaucoup de chance - mes parents ont toujours témoigné d'une confiance indéfectible envers ma soeur et moi. Cela pouvait passer par de petites choses : me laisser partir à l'aventure en vélo, m'occuper de ma petite soeur (un peu - pas trop), me laisser partir en voyage tôt... Plus tard, quand j'ai connu un passage à vide à l'école, leur regard plein de confiance et de bienveillance m'a été d'un soutien précieux.

Avec le recul, ce regard porté sur moi m'a donné beaucoup de force. Je ne remercie jamais assez mes parents pour cela.

La question que nous pouvons tous nous poser est : quel est le degré de confiance que j'accorde à chacun de mes enfants ?

Ma vision est la suivante : nous sommes de passage dans la vie de nos enfants, notre rôle est de les accompagner afin qu'ils gagnent l'autonomie dont ils auront besoin pour vivre pleinement leur vie.

Cet accompagnement passe par la définition d'un cadre - et par l'évolution de celui-ci.

Conduire vers l'autonomie c'est entourer notre enfant d'un cadre. Il doit être suffisamment grand pour qu'il puisse éprouver, tester, essayer de nouvelles choses et développer son autonomie. Si le cadre est trop grand, l'enfant est perdu, cela peut générer mal être et anxiété. Si le cadre est trop petit, là encore, l'enfant ne s'autonomisera pas et un autre type de mal être surviendra.

Donc, il s'agit de cadre et de taille du cadre.



La taille du cadre, nous devons l'ajuster constamment. Parfois nos enfants nous signalent quand il est temps d'agrandir le cadre. Mais quel beau message quand ce sont les parents qui agrandissent le cadre, le disent à leur enfant, et projettent ainsi sur lui une tonne de confiance. « Qu'est ce que tu dirais d'aller chercher le pain tout seul aujourd'hui ? ». « Et si j'arrêtais de regarder ton cahier de texte pour te laisser gérer tes devoirs tout seul. Bien entendu je suis là si besoin ». La question clé est : quand est-ce le bon moment ? Il n'y a pas de réponse à cela autre que celle que l'enfant nous enverra. La modestie qui doit nous caractériser dans notre job de parent doit là encore s'exercer : on propose et on regarde la réaction de l'enfant - que nous accepterons inconditionnellement - puis on ajuste. « Je vois que cela ne te dit pas trop d'aller tout seul à la boulangerie etc.. ». La beauté de la confiance, et de l'autonomie qu'elle encourage, est qu'elles génèrent un posture de responsabilité. Beaucoup de parents nous disent dans nos ateliers : « J'aimerais tellement que mes enfants travaillent par eux-mêmes, qu'ils se motivent tout seuls pour faire leurs devoirs ! ». Et notre réponse est : quand ils rentrent d'une journée de contrôle, quel est votre premier reflexe ?? Ce sera souvent de demander « Comment cela s'est-il passé » ou « Tu as eu combien à ton contrôle de maths ? » Presque avant

toute autre chose !! Ne nous étonnons pas après qu'ils ne travaillent que pour nous - qu'ils n'aient pas encore allumé leur moteur interne ! Si nous souhaitons que nos enfants s'autonomisent par rapport à leurs devoirs, élargissons le cadre, laissons les respirer, il y a bien un moment où ils reprendront le manche et leur moteur s'allumera !



Facile à dire. ; pas toujours facile à faire. C'est pour moi en tout cas un travail de chaque instant ! Et souvent je me pose cette question : qu'est ce que cette incapacité à faire confiance à mon enfant me dit de moi ?? C'est parfois la première urgence : développer notre confiance en soi pour permettre de projeter de la confiance sur les autres.

Mon mari, excédé alors qu'un proche lui disait, en parlant de notre fille : « Elle ne sait pas encore marcher, et puis elle ne fait pas ci ou ça... » lui a asséné : « Je te rassure, à 18 ans, notre fille saura marcher, faire du vélo, parler, écrire, être polie, elle mangera



proprement etc etc ... Mais pour l'instant, tu la laisses tranquille !! » Cela a été très efficace – et c'est devenu pour nous une devise !

Faisons le cadeau de la confiance à nos enfants, pour leur permettre de faire fleurir leurs talents, de potentialiser leurs atouts et de se responsabiliser. Alors pour la rentrée – moment de mille organisations et de quelques contraintes retrouvées – tentons un « Comment souhaiterais-tu que nous nous organisions cette année pour les devoirs ? », « Qu'est-ce que tu souhaiterais faire en rentrant de l'école / collège... » et tout autre élargissement de cadre qui fait grandir et qui fait du bien, à nos enfants, à nous et à la relation !

Très belle rentrée à vous !