

Module 4

Le soutien à l'autonomie

Qu'est-ce que c'est ?



- Écouter attentivement son enfant
- Prendre le temps de voir les choses selon sa perspective et de comprendre ses sentiments
- L'encourager à agir en fonction de ses valeurs et buts personnels
- Lui permettre d'avoir des responsabilités appropriées à son âge et à son niveau développemental
- Lui proposer des options et des choix significatifs lorsque c'est possible

La ligne est parfois mince entre soutenir l'autonomie de l'enfant et exercer du contrôle pour qu'il agisse d'une certaine façon.

L'utilisation du contrôle évite parfois à l'enfant de commettre des erreurs, mais les conséquences qui en découlent ne sont pas négligeables. En revanche, voici ce qu'on observe chez un enfant dont on soutient l'autonomie:

↗ motivation

↗ estime de soi

↗ initiative

↗ capacité à prendre des décisions

↗ résolution de problèmes

↗ persévérance

Comment soutenir l'autonomie de votre enfant?

Être à l'écoute de ses opinions et de ses émotions

Même si ses émotions sont négatives, même si vous êtes en désaccord avec ses idées, le fait de lui montrer que vous êtes ouvert est important.

Lui donner des responsabilités adaptées à son niveau

Le fait d'avoir des responsabilités (p. ex. faire son lunch, faire son lavage, passer la tondeuse) lui permet de se sentir impliqué dans la vie familiale et répond également à son besoin de compétence.

Éviter d'utiliser des pratiques parentales contrôlantes

Par exemple, éviter d'avoir recours à la culpabilisation ou à l'utilisation de récompenses.

Lui offrir l'occasion de faire des choix significatifs

Lui présenter diverses options possibles et le laisser libre de choisir celle qui lui convient le mieux. S'il fait une erreur, il apprendra de celle-ci. Il est important qu'il se sente impliqué dans le processus.