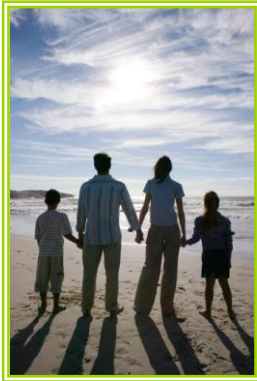


CHRONIQUE PARENT

ARTICLE

SUJET : Comblent leurs besoins les plus fondamentaux

Hélène Renaud et Jean-Pierre Gagné



Nous, les parents, aimerions répondre adéquatement aux besoins de nos enfants. Nous les aimons et espérons les rendre heureux. Nous voulons qu'ils se sentent protégés, capables d'affronter avec sérénité et assurance toutes les difficultés qu'ils sont susceptibles de rencontrer dans la vie. Pourtant, la tâche s'avère difficile pour plusieurs, parfois même affligeante. Or, comment faire puisque nous n'avons pas de mode d'emploi sûr balisant toutes nos interventions?

En fait, l'unique fonction du parent est essentiellement de répondre aux besoins fondamentaux de son enfant en adaptant son intervention à la personnalité de celui-ci, pour le combler selon ses besoins spécifiques. Ce livre vous mettra sur la piste qui vous permettra de retrouver le plaisir, dans une relation harmonieuse, d'être parent. Puisqu'un besoin est vital, je dois le combler. Si je ne le fais pas, mon enfant développera des manques affectifs, des attitudes et des comportements qui nous affecteront, lui et moi. Il y a deux façons, aussi importantes l'une que l'autre, de combler un besoin chez un enfant. Celui-ci a besoin d'être nourri concrètement par des démonstrations physiques (nourriture provenant de l'extérieur), et émotionnellement par une verbalisation des émotions et sentiments du parent (nourriture provenant de l'intérieur).

Je le nourris extérieurement :

- je lui donne une pomme s'il a faim;
- s'il a besoin d'aide, je le soutiens, l'épaule;
- je lui donne du temps;
- je lui donne de l'attention et l'écoute;
- etc.

Il voit que je fais des actions (extérieur), mais cela ne suffit pas. Il ne ressent pas l'amour qui les motive.

Je le nourris donc intérieurement en lui disant :

- ce que je fais pour lui;
- que j'aime m'occuper de lui;
- qu'il est ma joie;
- que je l'admire;
- etc.

Il ressent alors qu'il est aimé. Cette nourriture lui donnera une véritable force intérieure. C'est dans les mots que j'emploierai pour lui confirmer que mes actions s'adressent à lui qu'il ressentira le sentiment à la base de mon intention, soit l'amour que j'ai pour lui. Donc, ces mots que j'emploierai renfermeront un pouvoir magique. Par exemple, si je lui dis: « Tu es important pour moi », l'enfant ressent: J'ai de la valeur aux yeux de ma mère (ou de mon père), je suis important pour elle (ou pour lui). Vous constatez, à la lecture des exemples suivants, l'immense portée de ces mots sur la vie d'un enfant (n'en négligez pas l'emploi régulier):

- «Quand j'ai vu ces belles pommes vertes, je les ai achetées parce que je sais que ce sont tes préférées »;
- «Je t'en ai acheté parce que c'est bon pour ta croissance »;
- «J'aime quand tu as tout ce qu'il te faut pour bien grandir ».

De toute façon, j'achèterais ces mêmes pommes vertes. Pourquoi ne pas lui confirmer que c'est parce qu'il est aimé, que je fais cela pour lui et non pas, comme il le croit, uniquement pour m'acquitter de ma responsabilité ou pour remplir mon rôle de parent?

Ici, le parent nourrit son enfant intérieurement en lui faisant sentir qu'il le considère («Je sais que ce sont tes préférées »), qu'il se préoccupe de sa santé et de son bien-être («C'est bon pour ta croissance»), et qu'il veille sur lui («Tu as tout ce qu'il te faut»). Ces paroles font beaucoup de bien à un enfant, car elles le sécurisent et augmentent son estime personnelle. Notez bien ceci: sans cette

confirmation verbale, il ne peut réellement prendre conscience de tout ce que je fais pour lui; il ne voit pas vraiment les attentions que j'ai pour lui que je suis dévoué à son égard, ne réalise pas que je suis là pour lui et que je prends soin de lui.

En résumé:

- Nourriture physique : extérieur et concret: pomme, sourire amical, regard complice, donner du temps, etc.
- Nourriture émotionnelle : intérieur et abstrait: paroles bienveillantes.

Comblez ces besoins le plus rapidement possible pour vous et les vôtres.

Vous pouvez aussi trouver de nombreux exemples et des pistes concrètes pour vous aider dans votre rôle de parent dans les livres :

8 Moyens efficaces pour réussir mon rôle de parent & Être parent, mode d'emploi,
Édition Quebecor.

Les formations **COMMEUNIQUE INC.**

800 des Tilleuls, suite 104, St-Bruno (Québec) Canada J3V 5N8

T. 450.461.2401 renaudhelene@**commeunique.com**

WWW.COMMEUNIQUE.COM

Copyright 2009/ Les formations **COMMEUNIQUE INC.**