

Fais ce que *je dis,* parce que c'est *ce que je fais!*

Ne demandez pas à vos enfants de faire ce que vous ne faites pas. Pourquoi? Parce que ça ne marche tout simplement pas...

HÉLÈNE RENAUD ET MICHEL-JACQUES BERGERON

Il est impératif de comprendre qu'être un modèle et donner l'exemple est le moyen le plus puissant d'enseigner ce que nous aimerions transmettre. La meilleure technique d'apprentissage est de regarder quelqu'un agir. Elle nous apprend bien davantage que des explications pendant des heures et des heures sur les bonnes façons de faire (la théorie). Quand on constate cette puissance et ce pouvoir que détient le modèle, on comprend qu'il est essentiel de ne présenter à nos enfants que celui qui mène au bien-être.

Depuis des générations, que ce soit dans la nature ou chez l'humain, le monde évolue et est influencé par des modèles relationnels positifs ou négatifs. Nous pouvons remarquer que même les animaux apprennent en regardant et en observant leurs parents. Nous sommes responsables de l'image que nous projetons devant les enfants, puisqu'elle influencera ce qu'ils deviendront. Nous le faisons pour nous-mêmes, pour avoir la joie de vivre avec un enfant heureux et épanoui.

C'est en grande partie par notre corps que nous entrons en relation. Notre corps « parle » et envoie des messages, lesquels sont aussi puissants en positif qu'en négatif. D'ailleurs, on dit que 92 % des messages captés proviennent de l'expression physique et 8 % des mots.

Nous sommes naturellement portés à copier les modèles qui nous entourent et qui constituent nos guides. C'est pourquoi il est si important que le parent présente un guide auquel l'enfant pourra s'identifier. En incarnant un modèle sécurisant et cohérent, ce parent



pourra affirmer : « Fais ce que je te dis, parce que c'est ce que je fais ! Et ce que je fais est bon pour moi, bon pour toi et bon pour nous. »

En observant si ce que nous recevons coïncide avec le modèle que nous présentons, nous pouvons évaluer l'impact de nos actions. Vous aimeriez que votre enfant fasse le ménage de sa chambre, alors que votre bureau, votre garage et même votre voiture sont en désordre? Avant d'avoir une quelconque attente envers les enfants, il faut comprendre qu'ils apprennent par l'exemple. ◦

Source

Hélène Renaud, pédagogue,
auteure et conférencière et
Michel-Jacques Bergeron, auteur et
formateur de formateurs.

Les formations
COMMEUNIQUE INC., 450 461-2401,
www.commeunIQUE.com.

