

## CHRONIQUE PARENT

### ARTICLE

## SUJET : Communiquer mes vraies valeurs

Hélène Renaud et Michel-Jacques Bergeron



Les enfants ne sont pas dupes. Quand ils ressentent le vrai, le Bon et l'aimant ils adoptent généralement nos croyances. J'arrête donc de faire ce qui est le contraire de mes vraies valeurs : répéter, menacer, argumenter, crier. Les enfants aiment être avec le vrai. « Les vraies affaires », c'est agir dans le sens de ce qui a de la valeur pour moi - le sens des responsabilités, le respect, l'élévation, l'Estime de Nous, ainsi que les gestes suivants : donner en premier, la douceur, l'attention bienveillante, la patience et la tolérance. Vivre le Bon, Bon, Bon : tout ce qui est Bon pour Moi, Bon pour mon conjoint et mes enfants et Bon pour la relation entre Nous. Agir avec des Actions Aidantes et Aimantes. Là on peut dire que « je suis en affaires » avec eux. Je suis dans une manière d'être aimante: je porte les valeurs qui me sont chères.

Une vraie valeur c'est Grand, incommensurable, permanent, durable, constant, immuable ; ça unit, construit, se multiplie, apporte la joie, la paix et c'est signifiant parce que c'est aimant. Nous pouvons toujours y avoir accès parce que c'est à l'intérieur de nous. À l'inverse, ce qui est sans valeur est mesurable, impermanent, inconstant, décevant, destructeur, conflictuel ; ça divise, c'est « in-signifiant » et apporte le chaos à l'extérieur.

Une vraie valeur : c'est inestimable (ça ne peut se mesurer à cause de sa grandeur) et ça se transmet de génération en génération. C'est ça développer l'Estime de Nous, ça s'étend et ça s'étend.

Extrait du livre *Comment développer l'Estime de Nous*, édition Québecor.  
Hélène Renaud, pédagogue, auteure et formatrice Parent-guide, Parent-complice  
Michel-Jacques Bergeron, auteur et dg Les Formations **COMMEUNIQUE**

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 / Les formations **COMMEUNIQUE** INC.