

## CHRONIQUE PARENT-GUIDE, PARENT-COMPLICE

### ARTICLE

#### SUJET : Faire le choix de la douceur

Hélène Renaud et Michel-Jacques Bergeron



*La douceur est souvent perçue comme une faiblesse alors qu'elle est une grande force qui permet au parent d'avoir de l'influence sur son enfant.*

Il est vrai que la douceur seule, sans le soutien solide d'une *conviction ferme* et profonde et de valeurs saines, serait de piètre utilité. Pour faire image, disons que la tige d'une rose doit être ferme pour soutenir la douceur et la sensibilité de cette fleur à son extrémité. Douceur plus conviction ferme égalent réussite et force. Dureté et mollesse égale échec et faiblesse. Nous sommes attirés par les personnes douces et nous nous sentons en sécurité en leur présence, nous ne ressentons aucun danger. Au contraire, la présence d'une personne dure insécurise, nous n'avons pas le goût d'entrer en relation avec elle.

De par sa nature, la douceur refuse la violence, elle éloigne automatiquement les menaces et les offenses envers soi-même et envers les autres. La douceur est un état d'être qui, une fois appliqué à ma pensée, à mes paroles et à mes gestes, renforce ma sécurité. Cette sécurité est un continuum de stabilité : plus on apprend à choisir la constance de la douceur et plus la paix et la sécurité s'installent en nous-mêmes et dans notre famille.

La douceur, c'est choisir ce qui est digne de moi et l'offrir à mes enfants, ne choisir que le meilleur. Personne ne mérite de recevoir le mauvais. La douceur crée l'ouverture du cœur autant en moi que chez mes enfants. Elle est le véhicule qui transporte la joie entre nous. La douceur rapproche, unit, tandis que la dureté éloigne et provoque la fermeture du cœur, l'isolement, le repliement sur soi-même, l'enfermement. Donc, je serai enfermé dans un état qui me ment. Cette fermeture provoquera en moi une attention sur le mauvais, que j'amplifierai, ce qui distordra ma perception de la réalité et me rendra aveugle au Bon.

*Je suis dur envers moi-même en me comparant à ma belle-sœur qui a un enfant calme tandis que le mien est très agité. J'allume la lumière de ma conscience pour réaliser à quel point je manque de douceur envers moi. Je fais le choix d'accueillir cette douceur qui est déjà là, en cessant de me comparer, ce qui m'apportera plus de sérénité et de calme et se répercutera sur la relation que j'entretiens avec mon enfant et sur son comportement.*

Je donne de la douceur, donc je *m'enseigne* que je suis doux et je *l'enseigne* à mon enfant, puisque par l'exemple j'enseigne constamment. Je n'enseigne *que* ce que je suis et je ne m'apprends *que* ce que j'enseigne. Il y a des gens qui croient qu'ils ne pourront jamais être doux; que c'est un trait de caractère qui n'est pas donné à tous. Mais dès qu'ils en font consciemment l'expérience, ils s'aperçoivent que la douceur fait bien partie d'eux et qu'elle leur est bénéfique parce qu'elle crée l'ouverture tant en eux que chez les autres, et ils s'en réjouissent.

Hélène Renaud, pédagogue, auteure et conférencière  
Michel-Jacques Bergeron, auteur et formateur de formateurs  
Pour en savoir plus, visitez notre site [WWW.COMMEUNIQUE.COM](http://WWW.COMMEUNIQUE.COM)

Aussi, vous pouvez lire tous nos autres articles dans la même section CHRONIQUE



**Hélène Renaud et Michel-J. Bergeron**

### **Les Formations COMMEUNIQUE INC.**

**Formations:** Parent-guide, Parent-complice

Famille-guide, Famille-complice, Développer l'Estime de Nous (parents-enfants)  
Enfant-guide, Enfant-complice, Famille-classe au GrandC♥eur (écoles)  
Enfant-guide, Enfant-complice, Famille-groupe au Grand♥eur (CPE ou garderies)  
Éducatrice-guide, Éducatrice-complice  
Enseignant-guide, Enseignant-complice  
Les Conférences **COMMEUNIQUE**

*À venir 3 autres formations actuellement en création:*

- ☞ Couple-guide, Couple-complice
- ☞ Développer l'Estime de Nous (Entreprises)
- ☞ Développer l'Estime de Nous (Croissance personnelle)

**Conférences pour** parents, éducatrices, enseignants, intervenants, individus, organismes, équipes d'entreprises, groupes de travail.

### **Les Formations COMMEUNIQUE INC.**

800, rue des Tilleuls, # 104  
St-Bruno de Montarville (Québec) J3V 5N8  
Canada.  
Bur. **450. 461.2401**

**Inscrivez-vous à notre Infolettre [WWW.COMMEUNIQUE.COM](http://WWW.COMMEUNIQUE.COM)**

Courez la chance de gagner un de nos livres. Tirage à tous les trimestres

**Les formations COMMEUNIQUE INC.**

**[WWW.COMMEUNIQUE.COM](http://WWW.COMMEUNIQUE.COM)**

Copyright / Les *formations* COMMEUNIQUE INC.