

## CHRONIQUE PARENT

### ARTICLE

#### **SUJET : Amour et fermeté vont-ils ensemble ?**

Hélène Renaud et Jean-Pierre Gagné



#### **Vous avez tendance à être autoritaire?... Permissif?... Ou peut-être les deux en même temps? Voici comment devrait se jouer votre rôle de parent**

Le rôle global du parent se vit sur deux pôles. Le premier est le côté complice : la maman ou le papa aimant, qui veille à ce que les besoins de l'enfant soient comblés. L'autre pôle, c'est la mère ou le père la partie ferme, autorité, responsable du rôle du parent, qui encadre et structure avec fermeté bienveillante.

Il est important d'avoir les deux en équilibre :

Mon amour doit être présent mais non accaparant. Si je ne suis que papa ou maman, trop aimant, je serai trop permissif. Je devrai vivre avec un enfant roi et en même temps insécure ou à l'inverse téméraire, puisqu'il ne peut contrôler ses pulsions, habitué qu'il est à n'avoir aucune balise ou encadrement sécurisants pour lui. J'en ferai trop aussi pour cet enfant, de peur qu'il ne manque de quelque chose ou de confiance en ses possibilités. Selon sa personnalité, pour atteindre ses buts, il manipulera le parent soumis manquera de respect, sera autoritaire envers son parent et asocial. De plus, un enfant peu habitué à suivre les consignes fermes, vivra des conflits avec les éducateurs à qui il sera confié, puisqu'à la garderie ou l'école qu'il fréquentera, des balises fermes lui seront imposées pour suivre le

rythme et les règles du groupe. S'il n'y est pas préparé, il en souffrira grandement et fera souffrir les autres. Il me faut l'aimer assez pour lui imposer des balises fermes.

Ma fermeté doit être constante mais non brimante. Si je ne suis que mère ou père, trop rigide, je serai trop autoritaire. Mon enfant pourra manquer de confiance en lui, d'estime personnelle et ne prendra pas sa place ou en prendra trop. Selon sa personnalité, soit, je l'écraserai, il sera soumis. Soit, il me confrontera et sera arrogant. Nous vivrons irrespect de part et d'autre.

Dans les deux cas, parents et enfants souffrent.

Le parent aimant et complice, respecte le rythme de l'enfant et le stimule, que ce soit :

Pour un petit : pour la période de sevrage au lait maternel ou au biberon, pour son apprentissage à la propreté, faire ses nuits, ses premiers pas, etc.

Pour un plus vieux : l'entraîner à l'ordre par étapes, développer et transmettre des responsabilités, l'aider à ses apprentissages scolaires, etc.

Le parent aimant et ferme, encadre et met tout en place pour éviter les nuisances et dangers possibles et favoriser une éducation adéquate et évolutive. Il est de son devoir d'intervenir lorsque des situations dangereuses ou nuisibles pour l'enfant actuellement ou pour plus tard ou pour les autres (son entourage, moi y compris, comme par exemple, lorsque je suis fatigué ou que je n'ai pas le budget pour...) se vivent. Tout cela doit se faire, sans attente, sans idéaliser une façon de faire ou un temps d'évolution (âge) spécifique. Mon rôle est de lui permettre d'acquérir son autonomie le plus tôt possible en tenant compte de sa vitesse d'apprentissage à lui.

Sans fermeté, je prolonge les périodes de transition, à l'inverse en étant trop ferme, je ne tiens pas compte de son rythme; je provoque des passages trop rapides. Il y aura donc frictions, déceptions de part et d'autre et éloignement entre nous.

Amour et fermeté sont essentiels. L'un sans l'autre déséquilibre, déstabilise... Les deux sont importants

Le parent trop permissif laisse son enfant pendant une période trop longue, dans une phase qui va être nuisible autant pour le parent que pour l'enfant. Il en laisse trop passer, n'intervient qu'à la limite, quand

il n'en peut plus. Il se sent coupable d'imposer ou a peur que son enfant souffre.

Le parent trop exigeant met trop de pression pour que l'enfant atteigne des étapes trop vite et ne fait qu'intervenir en brimant constamment, punissant, menaçant, exigeant, sans aucune écoute ou implication de l'enfant et tout cela dans un climat de tension. Il n'y a plus de place pour l'exploration nécessaire à cet âge, le plaisir et l'appréciation.

*Peut-être vous voyez-vous principalement dans un ou l'autre de ces profils extrêmes ou êtes-vous un mélange des deux?*

Le parent guide et complice en même temps tient compte des habiletés de l'enfant, de sa vitesse d'intégration et lui fait intégrer les étapes une à une. Il lui apprend par exemple :

À un petit : manger proprement, le plus rapidement possible, en tenant compte de ce qu'il est, mais ne laisse pas l'enfant trop longtemps dans la phase de purée ou jouer avec la nourriture. À vivre ses colères avec contrôle (sans frapper ou lancer des objets), tout en lui permettant d'exprimer cette colère.

À un plus vieux : assumer certaines tâches familiales, tout en appréciant et encourageant ses efforts. À développer des habiletés comme cuisiner ou faire son propre lavage, tout en l'initiant et étant compréhensif des étapes de son évolution. Il devrait en être de même pour tous les autres apprentissages. L'équilibre est à privilégier.

### L'importance de l'amour

L'enfant, pour vivre pleinement et se réaliser, a besoin de se sentir aimé. Ce qui est le plus important pour lui, c'est sa relation d'amour avec son parent. Je devrai l'aimer véritablement, d'une façon concrète pour qu'il puisse s'aimer. L'amour que devrait avoir le parent envers son enfant devrait être proportionnel à l'amour que l'enfant a envers son parent. Cet amour est inconditionnel, sans attente; basé strictement sur la réponse aux besoins. Plus il est jeune, plus je devrai répondre à ses besoins dans l'immédiat. Il est simple d'aimer! Mais il est difficile de continuer à aimer, sans que nos idéaux et nos attentes prennent le dessus. Il suffit de garder cet émerveillement, comme aux premiers moments de sa naissance et de répondre aux besoins de

l'enfant afin de lui procurer nourriture, chaleur, protection, réconfort, affection, toujours dans un climat de bienveillance, d'attention et de compréhension. L'aimer véritablement, c'est accepter que votre enfant vous soit confié pour que vous l'amenez à devenir un être autonome et responsable. C'est accepter qu'il soit en apprentissage et que vous devrez être là tout au long de son évolution. Que vous aurez à répéter souvent les mêmes instructions sur un ton acceptant, jusqu'à ce qu'il comprenne. Ce dont il a besoin, c'est de votre dévotion! Votre seule responsabilité est de le combler, le soutenir et le supporter avec encouragement et reconnaissance de ce qu'il est. De lui permettre d'entrer en contact avec son potentiel, tout en l'aidant à le développer. Il a deux types de besoins : les besoins corporels (chaleur, affection, nourriture, etc.) et émotionnels qui lui permettront d'être fort, bon et juste. Ces besoins, sont de vivre dans un milieu sécurisant, d'être gratifié, d'avoir la satisfaction, d'être admiré, d'avoir la compassion, d'être important, d'avoir l'acceptation et de vivre dans l'humilité. Voici une clé des plus importantes pour que l'enfant se sente aimé : il lui faut ressentir que son parent aime s'occuper de lui et qu'il s'intéresse à lui. Pour cela, le parent doit entrer en communication avec l'enfant, lui parler, s'arrêter pour l'écouter, lui expliquer ce qu'il fait pour lui, le réconforter. Il est primordial pour un bébé, dès la naissance, que l'on crée ce lien de communication, non seulement émotif mais verbal. Ce besoin est tout aussi primordial quand il vieillit et surtout à l'adolescence où ses besoins sont si importants et où souvent, à cause de son âge, le parent croit que celui-ci devrait prendre des responsabilités d'adultes. Pendant cette période, ils sont extrêmement sensibles et ont grandement besoin de notre support et notre compréhension. Je devrais lui exprimer que je suis attentionné à ses besoins. Par exemple, je dirai :

« J'aime m'occuper de toi... Prendre soin de toi... Que ce soit moi qui ai à m'occuper de toi pendant que tu es petit(ou adolescent). J'aime être ton papa (maman), Tu es important pour moi».

À un petit : En changeant sa couche souillée: « Je vais te changer tout de suite et tu seras plus confortable »? En lui donnant son boire: «Tu avais vraiment soif. Cela te fera du bien». Plusieurs parents croient que lorsque l'enfant est tout petit, il est inutile de lui parler par ce qu'il ne peut comprendre ce qu'on lui dit. Au contraire, cette communication avec son parent est très sécurisante pour lui. C'est ce que nous a appris Françoise Dolto, grande psychanalyste française, spécialiste de l'enfance. Elle proclamait que c'est une erreur de croire que les enfants ne comprennent pas ce qu'on dit, peu importe leur âge. Les paroles que l'on adresse à un enfant, même naissant, il n'en

comprend peut-être pas les mots au sens littéraire; mais il en comprend le sens. Donc, si je fais quelque chose par amour envers mon enfant, je devrais lui confirmer par des mots, pour qu'il puisse concrètement percevoir cet amour.

À un adolescent je pourrai lui dire, lorsque je lui procure ce dont il a besoin, ou m'occupe de lui: «C'est important pour moi que tu aies tout le matériel dont tu as besoin pour tes études... pour pratiquer ton sport préféré (selon mes possibilités)... de te supporter dans telle activité... J'aime passer du temps avec toi... Je sais que l'adolescence est souvent une période difficile, je suis là pour toi».

### L'importance de la fermeté

L'enfant est invincible, n'a peur de rien, ne voit pas les dangers, et les conséquences de ses choix et de ses actions. Donc, il a besoin que son parent lui mette des balises qui vont le sécuriser et le mettre en confiance tout au long de son évolution.

Je suis ferme pour qu'il apprenne à se contrôler (développer ses propres balises)

Être ferme, c'est permettre à votre enfant de vivre dans un environnement sécuritaire et d'intervenir lorsqu'il y a danger ou nuisance. C'est être constant, conséquent et guide, dans les limites permises. C'est veiller à ce que son environnement ne soit pas dangereux, pour ne pas avoir à intervenir constamment et vivre dans un climat de tensions inutiles pour le parent et l'enfant, par exemple, de laisser un vase fragile ou un objet coupant à sa portée et de croire qu'il aura le jugement adéquat pour ne pas le briser ou se couper. N'essayez pas de demander à un enfant de raisonner avant l'âge de raison. Cette capacité ne se développe que vers l'âge de 6-7 ans. En laissant l'objet hors de portée, vous ne vous en porterez que mieux et votre enfant aussi. Il en est de même pour ses choix d'aliments. Il a besoin que vous soyez ferme pour développer une certaine variété dans ses aliments et non pas le laisser manger que des aliments de son choix. S'il n'aime actuellement que la purée de poire, ne pas lui laisser manger que celle-là, sous prétexte qu'il refuse de manger les autres. Je peux par exemple lui en servir souvent, tout en ajoutant des petites portions d'une autre purée, qu'il devra goûter.... Ne pas oublier que l'enfant plus vieux a aussi besoin de cet encadrement si sécurisant.

Aimer ne veut pas dire laisser tout faire et ferme ne veut pas dire brimer et être rigide et dur. Pour un jeune enfant : s'il lance sa nourriture par terre, ma fermeté, c'est d'intervenir en lui enlevant la

nourriture, non pas en étant dur et brusque pour une simple expérimentation de sa part, mais de ne pas laisser faire, sous prétexte que c'est un bébé. Dès son tout jeune âge, l'enfant doit percevoir les limites de certaines de ses actions. Lorsqu'il vieillit, je continue à l'encadrer; que ce soit pour ses travaux scolaires, l'heure du coucher afin qu'il puisse profiter d'un sommeil réparateur, etc. La fermeté du parent s'enclenche quand il y a nuisance ou danger et toujours sur un support de bienveillance. C'est par amour que je le fais et je dois être ferme.

Oui, amour et fermeté vont bien ensemble. Ils sont même indissociables, puisque aimer sans fermeté, insécurise l'enfant et le rend asocial, tandis que la fermeté sans amour crée chez l'enfant tension, nervosité, sous-estime et il sera très dur envers lui-même et les autres.

## RÉSUMÉ

Amour et fermeté sont essentiels. L'un sans l'autre déstabilise l'enfant.

Il est important d'avoir les deux en équilibre :

Si je ne suis que guide, je vais développer ce pôle dans son extrême, et donc être autoritaire. Conséquence? Je vais vivre un déséquilibre relationnel avec mon enfant: il sera soit rebelle ou soumis, selon son type de caractère. Si au contraire, je ne suis que complice, je développerai ce pôle dans son extrême et je serai trop permissif. Mon enfant sera autoritaire avec moi et insécure. Ce n'est bon ni pour lui ni pour moi.

Chacun des parents, qu'il vive seul ou en couple doit exercer ses deux fonctions « maman ou papa »? et « mère ou père »? de façon équilibrée. Aimer ne veut pas dire tout permettre, et fermeté n'est pas synonyme de rigidité, de dureté.

S'il est comblé, il développe assurance, confiance, joie, estime personnelle, sens du partage, respect de lui-même et des autres, acceptation et humilité. Si, au contraire, il vit des manques, de toute évidence, il développera des dépendances suite à ces carences affectives, lesquelles engendreront des répercussions négatives sur ses comportements.

Si je ne fais que donner, autrement dit si j'applique uniquement la fonction de papa ou de maman, mon enfant sera passif. Pour être vraiment nourri par moi, il a absolument besoin que j'exerce en même

temps mon autre fonction de père ou mère. Je dois donc l'encadrer afin de lui fournir des balises, des structures qui lui permettront, petit à petit, d'apprendre à s'encadrer lui-même et de se sentir en sécurité avec son parent. Il a besoin d'obtenir le sentiment que la personne dont il dépend est fiable. Il peut le constater par l'attitude de ce parent qui, lorsqu'il y a danger ou nuisance pour son enfant ou les personnes qui l'entourent, utilise son autorité avec respect et bienveillance, en se montrant ferme et conséquent.

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 Québecor.

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

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