

Protéger et préparer

Notre première responsabilité en tant que parents est de protéger nos enfants du mal, qu'il soit de nature physique ou émotionnelle. Nous achetons un lit qui respecte les normes de sécurité, nous leur tenons la main en traversant la rue, nous les disciplinons sans les humilier, nous leur enseignons à se méfier des étrangers.

Mais nous nous leurrions si nous pensons pouvoir prévenir tout incident fâcheux dans la vie de nos enfants. À un moment donné, il arrivera quelque chose qui menacera leur bien-être et nous ne serons pas présents pour régler le problème. Aurons-nous préparé nos enfants pour qu'ils puissent faire face à la situation? Sauront-ils gérer avec confiance la déception, la frustration, la perte et la peine?

Les défis font grandir

Un parent n'est pas appelé à protéger ses enfants contre tout sentiment douloureux. Il faut parfois vivre du désagrément avant d'acquérir certaines habiletés de vie importantes. Quiconque veut rouler à bicyclette doit endurer des genoux écorchés. Un grand nombre d'enfants versent des larmes de frustration avant de maîtriser la lecture. Et dans le domaine des relations sociales, les jeunes doivent vivre quelques épisodes de rejet dans la cour d'école avant de savoir reconnaître les vraies amitiés.

Les enfants ont besoin d'occasions de solutionner des problèmes eux-mêmes. Ensuite, ils peuvent se sentir fiers d'avoir surmonté des difficultés. Si vous mettez trop l'accent sur la protection de vos enfants de tout mal potentiel, vous risquez de les priver d'occasions de renforcer leur confiance en eux-mêmes.

Augmenter graduellement les défis

La difficulté pour un parent est de jauger le degré de défi qui suffira à enseigner la leçon. Votre enfant doit faire appel à toutes ses capacités, sans pour autant être voué à l'échec et à une blessure grave. Puisqu'un nourrisson est incapable de se défendre, la responsabilité de sa sécurité et de son confort est entièrement entre vos mains. Mais à mesure que l'enfant grandit et qu'il acquiert des habiletés physiques, émotionnelles et intellectuelles, vous pouvez laisser plus de place à l'exploration sécuritaire et à des risques limités.

Par exemple, quand vous allez au parc, laissez votre enfant d'âge préscolaire grimper seul à la structure de jeu, mais restez proche, prêt à l'attraper en cas de besoin. Votre rôle est de surveiller, et non de contrôler. Les études démontrent que les blessures les plus graves sur ces structures arrivent aux enfants qui ont peu d'expérience à y grimper seuls. Parce que ces enfants n'apprennent pas à estimer les risques et à reconnaître leurs propres limites, ils n'apprennent pas à être prudents et à se protéger.

Enseigner les habiletés

Vous pouvez protéger vos enfants en leur enseignant comment se protéger eux-mêmes. Par exemple, avant de permettre à vos enfants de rester seuls à la maison, inscrivez-les à un cours de gardiennage comportant un volet de premiers soins. Assurez-vous de préciser clairement ce qu'ils peuvent et ne peuvent pas faire en votre absence. Ensuite, posez-leur des questions : « Que feriez-vous si...? » Exprimez votre confiance : « Je sais que vous vous servirez de votre bon sens pour choisir la meilleure chose à faire. » Vous et vos enfants ont besoin de vous assurer qu'ils prendront les précautions nécessaires pour leur sécurité.

Surmontez vos peurs

Le besoin de contrôler la vie de vos enfants pour qu'ils ne vivent pas de peine peut découler de vos propres peurs plus que des besoins de protection de vos enfants. Peut-être étiez-vous victime d'intimidation dans votre jeunesse? Il est possible que cette expérience vous ait sensibilisé à toute situation où vos enfants sont taquinés ou exclus d'un groupe. Vous vous sentirez alors poussé à aller à leur rescousse dans une situation qui vous rappelle des souvenirs pénibles. Mais quel message votre secours envoie-t-il à vos enfants? Ils peuvent en conclure que le monde est tellement dangereux qu'ils ne doivent jamais s'y risquer tout seuls. Ils peuvent décider que vous ne les croyez pas capables de relever les défis de la vie quotidienne.

Essayez de mettre de côté vos propres expériences passées et traitez la situation actuelle de façon réaliste.

- Est-ce qu'il s'agit d'un problème que vos enfants sont en mesure de solutionner seuls?
- Ont-ils simplement besoin de votre écoute et de votre réconfort?
- Pouvez-vous leur poser des questions qui les guideront dans la recherche de leur propre solution?
- Serait-il utile de jouer activement le rôle d'entraîneur afin de transmettre les habiletés nécessaires pour gérer le problème?
- Devriez-vous travailler aussi avec d'autres adultes (parents, enseignants, entraîneurs) afin de rendre votre communauté plus sécuritaire ?
- Ou s'agit-il d'un danger urgent où la protection de vos enfants nécessite l'intervention immédiate d'un adulte?

Favoriser l'autonomie

Votre responsabilité parentale de *protéger* vos enfants trouve sa contrepartie dans votre responsabilité de *préparer* vos enfants pour les aléas de la vie. Ils ont besoin d'être protégés des menaces qui risquent de les submerger, mais ils ont également besoin des défis qui les pousseront à développer leur jugement, leur confiance et leur force émotionnelle.

par Betsy Mann