

QUAND MAMAN VOGUE RENCONTRE CHARLOTTE, DU BLOG « COOL PARENTS MAKE HAPPY KIDS »



FAMILLE ET EDUCATION



Charlotte Ducharme est maman de deux enfants de 4 et 2 ans, Joy et Léon. Mais son petit troisième, c'est surtout le blog **Cool Parents Make Happy Kids** qui nous régale d'anecdotes et de conseils pour gérer une famille au quotidien dans la joie et la bonne humeur. Nous en avons marre de crier, de nous épuiser à répéter cent fois les mêmes choses ? Couchers du soir interminables, jalousie entre frères et sœurs, désobéissance, etc. Il existe une approche pleine de bon sens, celle de l'éducation positive, et elle nous aide à l'appliquer chaque jour un peu mieux. Petite plongée dans un univers qui fait du bien :

Parle-nous un peu de ton parcours : comment en es-tu arrivée à créer le blog ? Comment es-tu tombée dans la marmite « éducation positive » ?

C'est une bonne question ; à vrai dire c'est un peu un hasard car je ne connaissais rien aux blogs ni aux réseaux sociaux. J'ai toujours eu beaucoup de convictions sur la façon dont je voudrais éduquer mes enfants. Et puis un jour j'ai entendu dans le métro un garçon parlant à ses copains prétendant qu'« une fois parent, tout était fini : copains, sorties etc... »

Et je me suis dit, c'est tellement dommage de vivre sa parentalité ainsi, car justement pour moi quand on devient parent, il est fondamental de garder du temps pour soi. **C'est en étant épanoui soi-même que l'on va avoir la force de gérer nos enfants avec humour et bienveillance** et leur offrir une atmosphère joyeuse... D'où le nom du blog : Cool parents make happy kids !

Joy a commencé à grandir et je suis tombée par hasard sur un livre de Dolto et un autre livre « Tout se joue avant 6 ans ». Tout me parlait, ces livres étaient 100% en accord avec mes convictions. J'ai alors découvert que ce que je pratiquais au quotidien, ou du moins ce vers quoi je tendais, portait un nom "L'Éducation Positive".

Mais lire des livres de psychologie de l'enfant, ça n'est pas simple pour tout le monde. C'est en discutant avec une amie qu'est née l'idée du blog CPMHK. Afin de rendre accessible cette éducation positive au plus grand nombre, en leur partageant **des situations concrètes de la vie quotidienne**, pour comprendre comment concrètement nous pourrions réagir.

L'éducation positive, en quelques mots ?

L'éducation positive a de multiples facettes, mais voilà les plus importantes pour moi :

- Quand on est parents, on essaie de transmettre plein de valeurs clefs à nos enfants, mais la façon dont on s'adresse à eux donne parfois l'exemple inverse. Or, l'enfant apprend avant tout par imitation. Si on lui crie pour la 4ème fois de se tenir bien, ce qu'il va d'abord apprendre c'est... à s'exprimer en criant. Il est donc important de **s'adresser à son enfant comme on aimerait qu'il s'adresse aux autres**.

- **Éviter d'être dans le rapport de force permanent**. Ce n'est malheureusement pas en *l'obligeant* à être gentil, par exemple qu'il *aura envie* d'être gentil. La clef est de lui donner ENVIE d'être gentil, de faire naître chez lui cette valeur. L'enfant doit apprendre à respecter les règles parce qu'il sent qu'elles sont bonnes, plutôt que par peur du « policier » ou par soumission. Voilà le type de sujet dont je vais parler dans le blog afin d'apporter aux parents des solutions concrètes pour éviter de se retrouver avec son enfants dans une situation où l'on souhaite « qu'il m'obéisse coûte que coûte ». Cas où la situation se bloque facilement car l'enfant, et on le comprend, ne veut pas se soumettre.

De plus, lui faire faire les choses par obligations est stérile, car une fois que le « flic » n'est plus là, on recommence.

- **Responsabiliser son enfant**. Nous sommes toujours derrière leur dos mais, au fond, cela les prive d'initiatives. On devient leur garde du corps/policier au lieu de leur laisser faire toutes les choses qu'ils pourraient faire seuls et qu'ils aimeraient faire seuls : changer les piles du train, éplucher les courgettes, nettoyer la table, etc. Deux atouts : cela nous repose et eux gagnent en confiance. Les enfants aiment plus que tout se sentir utiles, c'est important pour leur équilibre.



MAUVAIS COMPORTEMENT DES ENFANTS :
EXPLIQUER PEUT-IL SUFFIRE ?



COUCHER DU SOIR : EN FINIR AVEC LES LEVERS À
RÉPÉTITION...



SÉCURITÉ ENFANTS : COMMENT LES
RESPONSABILISER FACE AUX DANGERS ?



LABEL CPMHK : UNE RADIO ENFANT POUR LIMITER
LES ÉCRANS



LANCEMENT DU LABEL CPMHK !



APPRENDRE À RANGER : LES MEILLEURES ASTUCES !



DÉVELOPPER LES COMPÉTENCES COGNITIVES DE



DOIT-ON SE JUSTIFIER AUPRÈS DE NOS ENFANTS ?



COMMENT GÉRER AU MIEUX SA RENTRÉE EN

L'approche me tente beaucoup mais j'ai peur d'en faire un enfant capricieux. Je ne sais plus bien ou est la limite entre éducation bienveillante et respect des règles... Comment ne pas en faire un enfant tyran ? Comment rester à notre place de parent et lui à celle de l'enfant ?

Mon blog ne servirait à rien si l'éducation positive se résumait à l'absence de règles ou aux explications de chaque consigne ! **Les règles sont très importantes au contraire !** Ce qui est subtil, c'est d'apprendre à les faire respecter de façon po-si-tive.

Soit en responsabilisant l'enfant, soit par le jeu, soit par la sensibilité, en lui donnant envie de coopérer (par exemple en insistant davantage sur le fait que l'on tient beaucoup au canapé et qu'on serait trop déçu qu'il le tâte, plutôt que sur le fait qu'il est interdit de tâcher le canapé.) L'enfant a naturellement envie d'aider et de coopérer, de faire plaisir...

On amène l'enfant à plus d'empathie. Il va faire les choses parce qu'il ressent que c'est que c'est bon. L'immaturation du cerveau de l'enfant fait qu'il agit plus avec son cœur, ses émotions qu'avec la raison.

**Si je lui explique rationnellement que le four est chaud et qu'il ne doit pas toucher, il ne va pas comprendre. Mais il peut les ressentir. Par l'intonation de ma voix, je peux lui montrer que j'ai peur qu'il se brûle et en l'autorisant justement à approcher sa main pour sentir la chaleur, il peut aussi commencer à en prendre conscience.

****L'éducation positive ne veut pas dire « tout expliquer ».** Par exemple, on ne va pas lui expliquer pourquoi il faut mettre son pyjama et on ne va pas non plus le lui demander en employant une voix autoritaire que nous n'aimerions pas qu'il emploie lui (cf : il apprend par imitation). Il va falloir lui proposer des alternatives. Un jeu ? Ou tout simplement une règle par exemple : « pour lire une histoire tu sais il faut être en pyjama ».

Restons zen ! Les choses viendront avec le temps.

Comment gérer le décalage si à l'école ou à la crèche l'approche est différente ? Mon enfant ne sera pas perdu ?

Question intéressante !

Mon aînée est en moyenne section de maternelle. L'arrivée en petite section a nécessité une petite adaptation. Maintenant, elle respecte étonnamment les règles et pas seulement à l'école.

En revanche, si quelqu'un se comporte de manière autoritaire avec elle « tu fais ça et pas autrement », elle se braque. Mais en général, une maitresse est pédagogue et fonctionne avec des règles de vie et non des obligations froides.

Est-ce une approche adaptée à tous les enfants ou certains enfants ont-ils besoin de plus de fermeté ?

Il existe des enfants au tempérament naturellement plus dociles avec lesquels le respect des règles est facile d'emblée : quelle que soit l'approche éducative pour laquelle vous optez, cela sera « plus facile » à gérer.

Pour les caractères plus frondeurs, l'éducation positive a encore plus d'importance, car sinon la vie de famille va se transformer en conflits permanents.

Est-ce si facile de choisir un modèle éducatif vraiment différent de celui que l'on a reçu ?

Non ce n'est pas simple, car généralement on reproduit malgré nous l'éducation que l'on a reçue (ce fameux pouvoir de l'imitation), mais c'est tout à fait possible de changer, en faisant de petits pas !

Et chaque article du blog à cet objectif : permettre aux parents de faire un petit pas de plus vers une éducation plus positive.

Pour en savoir plus, c'est par ici ! www.coolparentsmakehappykids.com

Cool Parents
make Happy Kids