

De la retenue dans l'expression de nos éloges

Par Colleen Drobot (19 février 2011)

Nous nous réjouissons tous lorsque notre enfant accomplit quelque chose de formidable ou qu'il atteint un objectif. Cela fait naturellement partie de notre rôle de fier parent. Nous célébrons ses efforts et souhaitons les souligner. Mais lorsque la reconnaissance devient un levier dans l'espoir que l'enfant place la barre toujours plus haute ou lorsque notre reconnaissance ne s'exprime que devant un accomplissement, nous nous exposons à des ennuis.

Si nous accordons bien sûr de l'attention à notre enfant quand il réussit, il nous faut également montrer appréciation et affection quand il échoue. C'est tellement important d'offrir du réconfort et de transmettre notre amour même en situation d'échec ou d'erreurs! Lorsque nous dispensons amour et attention sans conditions, sans égard à sa réussite, l'enfant est en paix, sachant que notre amour lui est acquis, qu'il est inconditionnel. Il n'a pas à se surpasser pour gagner notre amour. Nous l'offrons sans conditions. Quand l'enfant sait cela, il se sent apprécié pour ce qu'il est et non pour ce qu'il fait.

J'ai toujours eu l'impression que ma mère avait compris cela. Elle ne semblait jamais exagérément emballée quand j'obtenais de bonnes notes dans mes bulletins ou que je recevais des honneurs à mon cours de piano. Elle avait sa façon de montrer sa joie mais j'ai toujours su que son bien-être ne dépendait pas de mes réussites. Elle était tout aussi chaleureuse et accueillante quand je n'avais pas réussi. Je me souviens avoir reçu nombre de louanges de la part de mes enseignants du primaire. Bien qu'une partie de moi ait apprécié ces compliments, ils faisaient naître un malaise car je me demandais ce qui arriverait si je tombais de mon piédestal et révélais mon imperfection, si je ne pouvais pas toujours faire aussi bien. Les compliments peuvent ainsi avoir un effet pervers et causer de l'insécurité.

Un autre problème se pose lorsque nous accordons une attention excessive à la performance. Les enfants sont souvent remplis d'une merveilleuse énergie émergente et veulent jouer, découvrir, atteindre un objectif personnel ou laisser aller leur créativité. Lorsque nous intervenons pour louer l'accomplissement de l'enfant, son énergie peut se détourner de la joie que lui procure l'activité pour s'attarder à notre approbation. Dans ce cas, l'énergie émergente, celle où l'enfant développe son autonomie, établit de nouvelles frontières et acquiert une image de lui-même, le flot de cette énergie est interrompu et l'enfant se met à chercher notre approbation et notre attention.

J'ai vécu cette expérience même à l'âge adulte. Mon mari et moi suivions un cours de danse sociale au cours duquel il s'est découvert un talent naturel. Le professeur de danse nous complimentait (en fait, le complimentait!) et nous donnait en

exemple. Au début, nous avons du plaisir, excités d'apprendre les pas et d'utiliser nos nouvelles habiletés. Mais après les nombreux éloges, j'ai commencé à m'attarder à l'attention accordée par le professeur. Je ressentais la pression de réussir et quand elle est passée près de nous, j'ai réalisé que son jugement et son approbation étaient plus importants que le plaisir d'apprendre quelque chose de nouveau. Heureusement, j'ai pu en rire avec mon mari, mais pour un enfant, l'approbation des parents est une chose sérieuse.

Il nous faut sauvegarder ces moments précieux où nos enfants découvrent leur monde, libres du sceau de notre approbation. Nous n'avons pas besoin de renforcer par nos éloges cette formidable énergie; l'enfant aura naturellement envie de s'aventurer si nous avons répondu à ses besoins affectifs de contact et de proximité. Lorsque l'enfant veut nous faire part d'une de ses réalisations ou créations, nous pouvons le célébrer. Nous pouvons souligner son élan, apprécier son enthousiasme et partager son excitation.

Que les louanges interrompent la solitude créative de notre enfant ou lui transmettent que notre acceptation de sa personne passe par sa réussite, il nous faut être conscients du pouvoir qu'elles détiennent et y prendre garde.

Le Dr Neufeld résume les dangers des éloges au moyen d'une très belle analogie : « Les éloges sont comme le dessert : il a sa place quand on a pris les éléments nutritifs du plat principal, mais les ennuis commencent lorsqu'il remplace le repas. Comme le dessert, les éloges ne devraient jamais être le plat principal. »

Copyright Dr. Gordon Neufeld, 2017
www.neufeldinstitute.org