

Comment favoriser l'autonomie de l'enfant et adolescent ?

(être autonome = fait de s'administrer seul en s'affranchissant de notre aide)

Ateliers Arc en Ciel - An 2018 - Sakinah Alfaki



Téléphone : 06 21 23 22 18 - email : nathalie.alfaki@gmail.com

Facebook : Nathalie Deliquet & Réenchanter la vie de nos enfants et la nôtre

Fiche récapitulative des points essentiels selon la pédagogie d'éducation bienveillante Montessori et Faber Mazlish enrichies d'autres disciplines positives

L'autonomie tourne autour des 4 intelligences fondamentales de l'enfant : celle du mentale, du corps, du cœur et du psychisme ou conscience de soi ;

*On va donc s'intéresser tout d'abord à 1. **l'autonomie mentale** ou réflexive puis celles 2. **Corporelle physique**, 3. **Motivationnelle & Affectives** et 4. **Psychologique & spirituelle** (estime, sens) puis revenir à la mentale*

1. Autonomie mentale : prélude au fonctionnement du cerveau de l'enfant

- **Ne pas s'empresser de donner des conseils lorsqu'il rencontre un problème** (à force, le cerveau ne tente rien - inconfort psychologique comparable à celui ressenti lorsqu'on nous raconte la fin d'une histoire - il attend des solutions prêtes à consommer)
- **Accompagner l'enfant dans son cheminement cognitif ou travail réflexif à l'aide de quelques questions propices à induire chez lui des schèmes cognitifs** (à noter que cette « soutenance » développe le cerveau de l'enfant dans sa globalité selon les études récentes en neurosciences affective et sociale, rappelle la pédiatre C. Gueguen)

✓ *Ecoute empathique : il a la solution en lui et peut la découvrir après décharge (- FM)*

✓ *Aide : que comptes-tu faire ? - On en reparle demain pour voir comment ça a marché ? (- discipline positive) - Dernier recours : que penses-tu de ? (- FM)*

✓ *Autre : Formuler le problème clairement pour mieux en distinguer les contours - FM
Donner une information utile pour réparer un dégât ou encourager l'initiative - FM*

✚ Sources (discipline positive) : « il me cherche » de I. Filliozat, éd JC Lattès, p 162, Annexe « Aider l'enfant de 6 à 11 ans à résoudre ses problèmes » ; « Académie des parents » du Dr Sami Moulay

2. Autonomie corporelle physique : besoin de conquérir le monde qui l'entoure

- Mon aide s'arrête là où il peut faire seul (observer quand il veut faire seul)
- Source d'auto-motivation (motivation interne) et par suite d'autonomie :

Réussite - Sentiment d'efficacité personnelle - fierté & estime - Motivation

Conseils pour limiter notre aide (petits) aux cas de situations incontournables où il ne peut faire seul :

Aménagement de l'espace (objets précieux en hauteur, dangereux à clé ; Vrais objets adaptés à sa force ou taille et à sa portée ≠ jouets ; trépied, learning towers, habits compartimentés et étiquetés)

3. Autonomie du cœur et de l'esprit : besoin d'auto motivation & estime de soi

- **! féliciter** (*cela crée de la dépendance affective et détourne le désir de l'enfant de se confronter à l'action pour son propre plaisir vers la recherche de ce qui va plaire au parent ou éducateur et tue l'auto-estime de soi : ai-je bien fait ?*)

(On verra au 4. 'comment répondre' à l'enfant lorsqu'il nous pose des questions)

Les félicitations sont semblables à des récompenses pour l'enfant. Il considère son absence - lorsqu'il s'est habitué à en recevoir - comme une punition ;

- **Remplacer les félicitations = récompenses et les compliments = jugements** :
« Bravo ! Je suis fier de toi - et d'applaudir » ; « Tu es doué, brillant, propre »

- ✓ **Décrire ce que l'on voit** : *je vois que tu as fait une passe - fait dans le pot*
- ✓ **Décrire son ressenti positif** : *j'apprécie ton aide car j'étais débordée ...*
- ✓ **Interroger l'enfant sur ce qu'il ressent et répéter en miroir** : *comment t'es-tu senti lorsque tu as fait « » ? - je constate que tu es vraiment content*

On peut encourager l'enfant au lieu de le féliciter ou de le critiquer comme en valorisant les efforts, le travail, le progrès, le processus physique (*Tu as déjà mis ton manteau, il ne reste plus que les chaussures*) **ou le processus intellectuel comme déjà vu avec l'autonomie mentale** (*Que comptes-tu faire ? Comment penses-tu qu'il va réagir ?*) ; **quant à la réussite, on peut laisser l'enfant s'auto complimenter en ne disant rien** (*ni félicitation ni compliments*) **sauf pour donner une réponse de responsabilisation** (*je vois que tu sais faire une tartine, peux-tu m'en faire une ? ou encore tu pourras maintenant apprendre le vélo à ton frère*).

4. Retour à l'autonomie mentale : Bilan des habiletés spécifiques Faber mazlish

4.1 Ne pas s'empreser de répondre aux questions

Avantage n°1 : il ne s'habitue pas à nous considérer comme LA source de savoir

- **Faire l'écho : et toi, qu'en penses-tu ?**

Autres avantages : faire travailler son cerveau, et possibilité pour nous d'adapter la réponse à ce qu'il ne connaît réellement pas (*exemple de l'évaporation de l'eau*). On peut aussi faire l'écho pour inviter un enfant à s'auto complimenter lorsqu'il recherche notre appréciation et demande : *Comment est ma maison ? bien ? (Qu'en penses-tu, toi même ? Es-tu content de toi ? Comment t'es-tu senti quand tu la construisais ?)*

4.2 Encourager le recours à des ressources extérieures

- **Que penses-tu de se renseigner auprès de ? (Spécialiste de la question)**

4.3 L'opportunité des choix

Avantages : c'est l'occasion d'induire des schémas cognitifs chez l'enfant sans attendre qu'il n'y ait un problème pour faire un travail réflexif et bilan (*feed back*)

L'enfant est acteur de ses choix : après observation et retour d'expériences, il peut rajouter des critères propres à améliorer ses choix (*climat, gêne sociale ...*)

Il intègre les conséquences de ses choix et ne fait pas porter le chapeau de ses frustrations sur ses parents (*exemple : choix de sortie au parc après Asr et il pleut*)

L'accompagner dans son bilan réflexif l'aide à dissocier son choix (raté) de sa propre personne (je suis nul) et à voir l'échec comme un apprentissage ou leçon (*La prochaine fois, feras-tu la même chose ? Besoin de quelle information pour bien choisir ?*)

4.4 Reconnaître la difficulté (ou relever ce qui va) pour encourager l'enfant

! Dire **tu vas y arriver** (*coup dur porté à son estime de lui-même s'il n'y arrive pas*)

- *C'est parfois difficile de ... Je vois que tu es chaussé, ne reste plus que ...*

! En cas d'échec : questions pour séparer ce qui a été de ce qui peut être amélioré

- *C'est ce que tu voulais ? que pourrait-on faire pour avoir un cake moins sec ? ou Quelles difficultés as-tu rencontré ? Comment l'as-tu résolu ?*

L'intérêt de cette analyse est d'éliminer toute vision binaire (*cake réussi ou raté*)

FICHE MEMO

<u>Au lieu de</u>	<ul style="list-style-type: none"> → TU DOIS → AIDER S'IL PEINE → REPONDRE A CE QUI L'INTERROGE : DIS ... ? → LE CONSEILLER S'IL A UN PROBLEME → Ou comment s'y prendre pour donner un conseil et l'aider dans sa démarche avant (en 4 étapes) → → SUPPRIMER L'ESPOIR → ABUSER DU « NON » ou user du OUI, MAIS → Accepter de lui rappeler de faire quelque chose → ENDOSSER LE ROLE D'INTERMEDIAIRE → <i>Ne pas combler son oubli (affaires d'école oubliées)</i> → L'INTERROGER SUR SA JOURNEE 	<u>Astuces</u>	<ul style="list-style-type: none"> → CHOIX (<i>moment ou manière</i>) → RECONNAITRE LA DIFFICULTE DONNER UNE INFORMATION → ECHO : QU'EN PENSES - TU ? ENCOURAGER RESSOURCES EXT. → ECOUTE EMPATHIQUE (<i>détresse</i>) AIDE A LA REFLEXION (<i>réceptif</i>) → Aider 1. à mettre les idées en ordre puis 2. à formuler le problème sous forme de question et enfin 3. orienter vers des ressources extérieures En dernier recours, 4. proposer un conseil : que penses-tu de ? → → ACCUEIL DU DESIR (<i>écoute</i>) → OUI, DÈS QUE ... LE PROBLEME, C'EST QUE ... LAISSE MOI Y PENSER ... → J'ai confiance que tu vas trouver un moyen ... ou encore : de quoi as-tu besoin pour y penser ? → MEDIATEURS : <i>roue des tâches Azhan, Timer, cartes rituelles ...</i> → <i>Se retenir d'y aller, confiant qu'il va en tirer une</i> → UN MOT D'ACCUEIL . (<i>raconter la nôtre + tard</i>)
-------------------	---	----------------	--