

Atelier n°2 « Susciter la coopération »

L'atelier commence par dresser la liste des tâches –banales- pour lesquelles nous demandons à nos enfants un minimum de coopération. Tout le monde est d'accord ! Pour que tout se passe bien, il suffirait de : Se lever à l'heure (ni trop tôt, ni trop tard !), se brosser les dents, s'habiller, aller à l'école, faire les devoirs, accrocher son manteau et ranger ses chaussures en arrivant à la maison, ranger de temps en temps la chambre, éteindre la télévision, manger proprement, débarrasser la table, prendre son bain, se laver les cheveux... Et avec le sourire, ce serait encore mieux !

La liste de nos exigences n'est tout de même pas si lourde par rapport à ce que nous accomplissons nous, au quotidien, dans notre rôle de parents !!

Certes il faudrait, pour être complet, rajouter quelques règles de bonne conduite : ne pas se balancer sur les chaises, prêter ses jouets, être poli, ne pas grogner, râler, chouiner, ne pas mentir, cracher, taper, dessiner sur les murs, sauter sur les canapés...

Rien d'extraordinaire tout de même, alors quoi !?! Pourquoi est-il si difficile d'obtenir de nos enfants un tant soit peu de coopération pour que soient réalisées simplement ces activités quotidiennes, indispensables, et souvent incontournables ?

Pourquoi nos enfants veulent-ils toujours faire « ce qu'ils veulent » et que nous aimerions plutôt qu'ils fassent « ce qu'on dit » ? !

Alors nous nous sommes interrogées non pas sur « ce qu'on dit » mais sur « comment on le dit ». Nous avons donc passé en revue le langage courant que nous utilisons pour demander de la coopération à nos enfants.

Voici des exemples, inventés, qui répertorient ces différentes manières d'adresser une demande à nos enfants (avant les ateliers bien sûr)

Le matin, c'est l'heure de partir pour l'école :

- *Je ne veux pas mettre mon manteau*
- *Mets ton manteau, tout de suite (donner des ordres)*
- *Non, je ne veux pas.*
- *Si tu ne mets pas ton manteau, tu vas encore attraper le rhume (donner un avertissement)*
- *Non*
- *Tu mets ton manteau ou c'est moi qui te l'enfile et ça va barder. Et si tu continues, tu peux tout de suite faire une croix sur le parc cet après-midi ! (faire des menaces)*
- *Non, non, non !*
- *Tu me fatigues, je commence à avoir mal à la tête avec tes caprices, c'est ça que tu veux, me donner mal à la tête ? (jouer les martyrs)*

L'après-midi, au parc, Loan pousse un autre petit garçon pour monter à sa place sur la balançoire

- *Loan, tu es une vraie brute, quel malpoli, excuse-toi tout de suite (lancer des injures)*
- *Mais j'étais là avant lui !*
- *Ca n'est pas une manière de se comporter, si tout le monde faisait comme toi, ce serait invivable ! Dans la vie, il faut savoir respecter les autres, ce garçon est plus petit que toi, tu n'as pas le droit de lui faire du mal. Tu ne dois pas faire aux autres ce que tu ne voudrais pas qu'on te fasse (faire la morale)*
- *Mais maman...*
- *Si tu te comportes comme ça, plus personne ne voudra jamais jouer avec toi, tu te retrouveras sans ami (faire des prédictions)*

A la maison, Loan en prenant son bain en met partout à côté.

- *Ah b'un bravo, merci, je vois que tu es plein de respect pour le ménage que j'ai fait ce matin (faire des sarcasmes)*
- *Je n'ai pas fait exprès*
- *On dirait pourtant que si ! Je te répète sans arrêt la même chose ! Pourquoi est-ce que tu ne peux pas faire attention ? C'est quoi le problème avec toi ? Pourquoi tu te comportes comme ça ? (blâmer et accuser)*
- *Je n'ai pas fait exprès je te dis !*
- *Je ne sais pas si tu te rends compte mais ton frère est plus petit et, lui au moins, je peux lui faire confiance, il ne met jamais une goutte d'eau à côté ! (faire des comparaisons)*

Ensuite, nous avons exploré nos sentiments à nous, adultes, face à de telles « demandes » et voici ce que nous avons répondu : nous nous sommes sentis humilié, rabaissé, dévalorisé, incompris, menacé, idiot, rejeté, inutile, jaloux et parfois révolté, avec l'envie de faire le contraire ou de tout rejeter en bloc !

En tout cas, nous ne nous sommes pas décrits comme franchement enclins à coopérer, c'est le moins que l'on puisse dire !

Voici la liste des outils que nous avons ensuite décrits : **dire en un mot, décrire la situation, donner de l'information, décrire ses sentiments, écrire une note.**

Bien sûr, aucun ne marche à tous les coups, certains nous sont plus familiers que d'autres et tous ne s'adaptent pas à nos enfants ou à nous-même. Voilà par exemple, en les combinant, ce que pourraient devenir les exemples précédents :

Le matin, c'est l'heure de partir pour l'école :

- Le manteau (dire en un mot)
- Non, je ne veux pas mon manteau.
(la maman ouvre la porte et tend la main ou regarde le thermomètre).
- Nous sommes en mars, c'est encore l'hiver et il fait encore bien froid. (décrire la situation)
- Je mets juste un gros pull ! Mon copain met juste un pull, lui.
- Tant que la température est en dessous de 10°, le manteau est indispensable (donner de l'information)
- Non !
- (La maman enfle le manteau du petit qui se débat) Ca n'est pas facile d'enfiler un manteau à des petits bras qui bougent. Je pense que tu seras vraiment content quand le printemps va arriver !
(décrire la situation, accueil des émotions, passer à l'acte)

(si la situation se répétait, on pourrait imaginer de dessiner une carte avec un bonhomme de neige et un manteau avec un petit texte « penser à mettre un manteau avant de sortir ! »)

L'après-midi, au parc, Loan pousse un autre petit garçon pour monter à sa place sur la balançoire

- Ca peut faire vraiment mal quand on se fait pousser ! (donner de l'information)
- Mais j'étais là avant lui !
- Ca me déplaît de voir bousculer un petit enfant, j'aurai préféré que tu lui dises « pardon, est-ce que je peux passer d'abord ? » (décrire comment on se sent, donner de l'information)
- Je peux passer d'abord, s'il te plaît ?

A la maison, Loan en prenant son bain en met partout à côté.

- Il y a de l'eau partout ! (décrire la situation)
- Je n'ai pas fait exprès
- Ca m'exaspère de devoir recommencer le ménage quand je viens juste de le finir ! (décrire ses sentiments)
- ...
- Je pose la serpillère à côté de la baignoire. J'aimerais que tu essuies en sortant.

Les enfants préfèrent les petites phrases au long discours ! Décrire la situation, donner de l'information, dire en un mot permet à l'enfant de se dire à lui-même ce qu'il conviendrait de faire.

Et on coopère plus volontiers avec quelqu'un lorsqu'on ne se sent pas agressé ou attaqué.

Mais peut-on toujours éviter les conflits ? Certainement pas, en tout cas – et c'est mon expérience qui parle- pas tout de suite ! S'opposer, marquer sa différence, affirmer son opinion sont pour de petits humains en croissance absolument nécessaires pour se construire, se découvrir, se détacher de nous...Entendre ces « non » ou « moi, je veux » est énervant et fatiguant pour nous...mais fondamental pour eux !

Par contre, les outils de communication que nous avons étudiés devraient nous permettre : d'une part d'obtenir un maximum de fois une coopération « presque » spontanée et aussi (peut-être même surtout) de préserver une atmosphère sereine, une ambiance paisible où chacun apprend –lentement- à respecter les besoins des autres et exprimer les siens de manière « civilisée ».

Je rappelle aussi volontiers que beaucoup de situations peuvent se régler en dehors de l'urgence. Rappelez-vous de **l'œuf des émotions**, les messages seront mieux entendus en dehors d'une situation aigue et il est toujours possible (voire indispensable pour que les situations ne s'engrènent pas) de différer nos messages et l'expression de nos valeurs.

Nous savons donc aujourd'hui : accueillir les émotions d'un enfant (l'écouter !) et formuler nos demandes d'une manière que j'oserais qualifier de « polie »...Nous avançons pas à pas vers la construction d'une relation basée sur le respect de chacun, sincère et authentique.

La prochaine fois, dans l'atelier « remplacer la punition », nous verrons comment réagir quand, malgré le soin que nous apportons à formuler des demandes claires, les enfants persistent à refuser de coopérer.