## INTERVENIR AVEC BIENVEILLANCE, AUTORITÉ ET FERMETÉ

#### Pourquoi exercer une autorité bienveillante?

- «Longtemps, les adultes ont pensé qu'une bonne éducation reposait sur de la sévérité et des violences verbales, les mauvais comportements s'éradiquant par l'autorité.
- Les connaissances scientifiques sur le cerveau ont bouleversé cette approche de l'éducation.
- <u>Les neurosciences affectives et sociales montrent qu'une relation chaleureuse et empathique génère un cercle vertueux : l'enfant se sent compris et motivé, sa réussite scolaire augmente et l'enseignant se sent compétent.</u>
- À l'inverse, l'éducation punitive produit un effet contraire à celui recherché, surtout sur les jeunes les plus vulnérables en développant stress, conduites à risques, violence, absentéisme, harcèlement, pouvant aller jusqu'au suicide La dévalorisation et les humiliations verbales ont un impact aussi néfaste que les coups.
- La bienveillance est une vertu valorisée.
- Les enfants, dès petits, sont curieux et émerveillés d'apprendre. Pourtant, pour certains d'entre eux, l'école devient synonyme d'anxiété ou d'échec. Si l'appétence au savoir est naturelle, le plaisir d'apprendre dépend en partie de l'enseignant.» (p. 141)

Référence: Leleu-Galland et Samarine, 2020

## INTERVENIR AVEC BIENVEILLANCE, AUTORITÉ ET FERMETÉ

#### Comment utiliser une autorité bienveillante?

| «Développer simultanément autorité et bienveillance:                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| □ <u>Poser le cadre</u> : règles de vie, responsabilités, routines.                                                                                                                                                   |
| □ <u>Installer l'espace vital</u> : sécurisant, attrayant, adapté aux besoins (de proximité relationnelle et d'explorer) et favorisant le développements des forces du caractère.                                     |
| □ <u>Définir son enseignement et son éducation</u> : explicite, étayé, structuré, coopératif, différencié.                                                                                                            |
| ☐ <u>Tisser des liens d'attachement</u> : observer, encourager, aider, supporter, guider, consoler, réconforter, reconnaître, etc.                                                                                    |
| ☐ Coéduquer (co-régulariser – co-équilibrer) avec les jeunes.                                                                                                                                                         |
| S'attarder et reconnaître les émotions désagréables et perturbants (lobe préfrontal droit) ainsi que les émotions agréables, constructeurs (lobe préfrontal gauche) et les vivre et les gérer adéquatement.» (p. 141) |

Référence: Leleu-Galland et Samarine, 2020



Il n'y a rien de mal à ce qu'un enfant résiste à la contrainte, mais on peut trouver à redire d'une société qui présume que les enfants doivent être universellement réceptifs aux ordres.



Dr Gordon Neufeld

# Conrevolonté

pourquoi les enfants s' opposent et comment y faire face

125

## L'instinct de Contrevolonté

... est une réaction de défense quand il y a perception de contrôle et de coercition

126

#### Tous les enfants ont un instinct qui les pousse à ... ... faire l'inverse de ce qu'on ... se montrer entêté attend d'eux et obstiné ... violer les règles ... chercher querelle et protester ... faire la grève du zèle CONI ... être belliqueux ... désobéir et défier Volonté ... être incorrigible .... résister et contester ... être bagarreur ... rechigner et répondre

... devenir préoccupé avec des tabous ... ne pas se conformer

Référence : Neufeld, 2010

## INTERVENIR EN LIEN AVEC LA CONTRE-VOLONTÉ

# Le DRAME de l'ENFANT BLOQUÉ une tragédie en trois actes

### ACTE I

Quand l'enfant se bloque, les adultes se mettent à pousser.

## ACTE II

Quand l'enfant se sent bousculé, il applique les freins.

## ACTE III

Quand l'entant se bloque dans sa résistance, les adultes tendent à se bloquer dans leur persistance

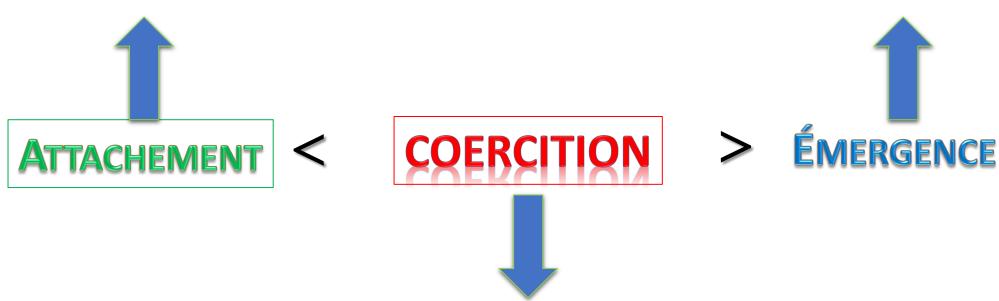
128

## QUE FAIRE EN PRÉSENCE DE CONTRE-VOLONTÉ?

Déposer avant de diriger.

Développer et cultiver une relation
d'attachement.

Laisser de la place à l'énergie émergente de l'enfant / l'amener à découvrir sa propre volonté.



Tenter de diminuer l'impression de contrainte chez l'enfant.

Référence: Neufeld, 2008

#### **APPRIVOISER UN ENFANT ALPHA**

#### REPRENDRE LA DANSE CHEZ L'ADULTE ALPHA

- «Avec nos enfants, nous devons danser dans la bonne relation en:
  - a) <u>ACCEPTANT</u> que le TRAVAIL de la relation soit notre responsabilité;
  - b) <u>ASSUMANT un RÔLE ALPHA</u> en saisissant les rênes et en lisant les besoins de l'enfant;
  - c) <u>FOURNISSANT</u> plus que ce que l'enfant demande de façon à ce que notre provision de soins fasse plus que satisfaire leur faim de connexion.

MacNamara, 2017

#### **APPRIVOISER L'ENFANT ALPHA**

#### En tant qu'adulte alpha, nous pouvons:

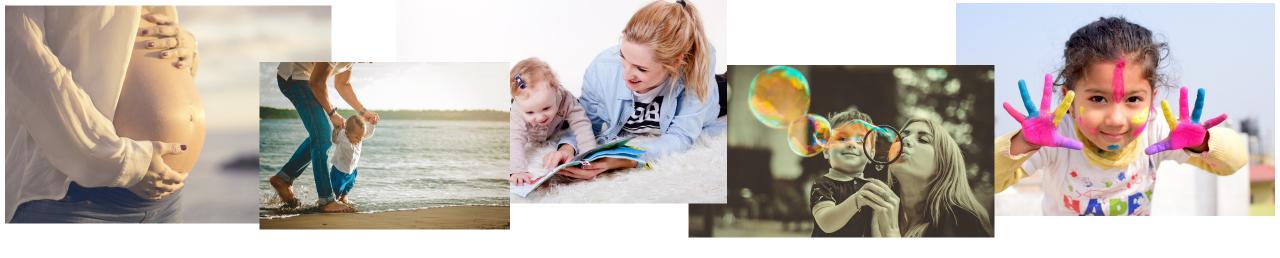
- « Établir des liens avec eux au moyen d'expériences partagées, soit en mangeant ensemble, en se livrant à des jeux ou en écoutant de la musique. D'ailleurs, des études ont révélé que les adolescents, qui ont des adultes dans leur vie avec lesquels ils mangent régulièrement seraient davantage résilients face à l'adversité rencontrée à l'adolescence.
- Leur accorder l'espace requis afin qu'ils soient aptes à exprimer librement leurs opinions et leurs idées et ce, même si vous ne les approuvez pas. En fait, quand vous prenez le temps d'écouter leurs idées, vous leur montrez que vous êtes intéressés par ce qu'ils sont véritablement plutôt que de leur donner l'impression que tout ce qui vous intéresse est de leur « dire constamment ce qu'ils doivent faire ».
- Prendre soin d'eux de façon imprévue, soit en les aidant à ranger leur chambre ou en préparant leurs repas préférés.
- Les inviter à passer du temps avec nous (temps dédié), et ce, même si vous êtes convaincus qu'ils vont sûrement refuser votre suggestion et qu'ils préféreront avoir leur propre espace. Il convient de noter que si un adolescent a un cœur tendre, la simple perspective que vous aimeriez qu'il soit à vos côtés renferme un aspect qui est considéré comme étant enrichissant en soi.
- Leur attribuer des responsabilités qui sont adaptées à leur âge, telles que l'organisation et la décoration de leur chambre, la réalisation d'un repas pour la famille ou le choix du moment où ils feront leurs devoirs. Si un adolescent se développe harmonieusement, il devrait commencer à pouvoir assumer normalement la responsabilité de certains aspects de sa vie, et subséquemment, si cela s'avère nécessaire, ses parents pourront intervenir à titre de soutien. »

MacNamara 2021 – Institut Neufeld

## DÉVELOPPER SON RÔLE D'ALPHA

#### Six étapes pour inviter l'ado alpha à adopter une position de dépendance

- «1- Trouver votre position alpha: Démontrez que vous pouvez prendre soin de lui et le protéger.
- 2- Inviter le jeune à l'état de dépendance: Démontrez qu'il peut se fier sur vous peu importe la situation. L'adulte doit savoir diriger au sein d'une tempête et concéder qu'il peut s'occuper de l'enfant tout en trouvant une solution pour traverser cette impasse.
- 3- Prendre l'initiative lors des activités: Trouvez des fenêtres d'opportunité où l'enfant doit dépendre de l'adulte pour ses soins (transports pour les sorties, maladie, sorties extérieures, etc.)
- 4- Satisfaire ses besoins plutôt que ses demandes: Afin de pouvoir répondre à ses besoins, l'adulte doit éclipser les demandes de l'enfant en lui octroyant plus que ce qu'il demandait initialement. Il est indispensable que le parent saisisse qu'il ne peut pas répondre aux demandes de l'enfant. En revanche, il doit répondre à ses besoins et le diriger.
- 5- Ne pas entretenir de batailles alpha avec le jeune: Certaines choses doivent être évitées quand nous sommes en présence d'un enfant alpha, dont le fait de négocier avec lui en tant qu'égal ou de le consulter en rapport avec des questions relatives à ses soins.
- 6- Cacher ses besoins: Le fait de cacher ses besoins est essentiel parce que l'enfant peut décoder les peurs et les préoccupations de l'adulte, ce qui peut le pousser à prendre en charge ou à prendre soin de ses parents.»



## LA DISCIPLINE POSITIVE, RELATIONNELLE, ÉDUCATIVE ET DÉVELOPPEMENTALE



## LA DISCIPLINE POSITIVE, RELATIONNELLE ET ÉDUCATIVE

Les deux objectifs de la discipline positive, relationnelle, éducative et développementale:

- a) <u>Le premier objectif (extérieur et court terme: enseignement à agir avec coopération)</u>
- b) <u>Le deuxième objectif (intérieur et long terme:</u> <u>développement d'aptitudes émotionnelles et relationnelles)</u>
- Dire «non» au comportement inapproprié et lui enseigner le comportement adéquat. Et dire «oui» à l'ado en développement.
- La discipline positive, relationnelle, éducative et sans drame structure le cerveau de l'enfant, particulièrement dans ses aptitudes du cortex frontal.

## LA DISCIPLINE POSITIVE, RELATIONNELLE ET ÉDUCATIVE

#### Offrir une saine expérience de discipline à l'enfant et à l'ado.

- Principe 1: La discipline est essentielle.
- Principe 2: L'efficacité de toute discipline est étroitement conditionnée par une relation aimante et respectueuse entre adultes et le jeune.
- Principe 3: L'objectif de la discipline est d'enseigner.
- Principe 4: La première phase de la discipline consiste à prêter attention aux émotions du jeune.
- Principe 5: C'est quand un jeune est contrarié ou en pleine crise qu'il a le plus besoin de l'adulte.
- Principe 6: Parfois, il faut attendre que le jeune soit prêt à apprendre (à être réceptif, s'ouvrir et coopérer).
- Principe 7: Pour qu'il soit prêt à apprendre, nous devons d'abord nous connecter à lui (la première étape).
- Principe 8: Après la connexion, la redirection (la seconde étape). 135

## LA DISCIPLINE POSITIVE, RELATIONNELLE ET ÉDUCATIVE

#### «Stratégies de redirection sans drame

- Réduisez le flux verbal
- Embrassez les émotions qui surgissent
- Décrivez, ne prêchez pas
- Impliquez l'enfant dans le recadrage
- Reformulez le «non» en un «oui» conditionnel (différé)
- Insistez sur le positif
- Gérez la situation avec créativité
- Enseignez des outils de lucidité
- Remettez les expériences en perspective» (p. 290)

## DISCIPLINE POSITIVE, RELATIONNELLE ET ÉDUCATIVE

D'ABORD CONNECTEZ-VOUS

ENSUITE REDIRIGER





### D'ABORD, CONNECTEZ-VOUS



#### « POURQUOI COMMENCEZ PAR LA CONNEXION?

- Bénéfices à court terme: Amener l'enfant de la réactivité à la réceptivité.
- Bénéfices à long terme: Construire le cerveau de l'enfant et de l'ado.
- Bénéfices relationnels: Approfondir la relation à l'enfant et à l'ado.

#### LES PRINCIPES DE CONNEXION SANS DRAME

- Coupez la petite musique anxiogène: Ne vous laissez pas parasiter par les interférences liées aux expériences passées ou à vos craintes du futur.
- Traquez le pourquoi: Plutôt que de vous concentrer sur le seul comportement, efforcez-vous d'en discerner les motivations: «Pourquoi (ou qu'est-ce qui amène) l'enfant à réagir de cette façon? Quel signal m'envoie-t-il?
- Pensez au comment: Ce que vous dites est important, mais la façon dont vous le dites est au moins aussi importante, sinon plus.» (p. 289)

#### D'ABORD, CONNECTEZ-VOUS

#### LE CYCLE DE LA CONNEXION SANS DRAME: AIDEZ L'ENFANT À SE SENTIR SENTI »



- Réconfortez: En vous positionnant sous le niveau du regard de votre enfant, en le caressant affectueusement, en hochant la tête, en le regardant avec empathie, vous réussirez souvent à désamorcer une situation tendue.
- Validez: Même quand vous n'appréciez pas son comportement, reconnaissez son émotion et adhérez à son ressenti.
- Cessez de parler et écoutez: Quand les émotions de l'enfant explosent, gardez-vous d'expliquer, de prêcher ou de nier ce qu'il éprouve. Contentez-vous d'écouter, de chercher à capter le sens du comportement de l'enfant et les émotions (et les besoins) qu'il exprime.
- Réfléchissez (reflétez) ce que vous entendez: Après avoir écouté, renvoyez en miroir ce que vous avez saisi, afin que l'enfant comprenne qu'il a été entendu. Ce qui vous amènera à le réconforter, réamorçant alors un nouveau cycle.» (P. 289)

#### **ENSUITE, REDIRIGEZ**



#### REDIRIGER:

- Notre conception de la discipline est d'enseigner (et non de punir).
- Notre action vise à démontrer à l'enfant et l'ado notre réceptivité, ouverture, empathie et réflexion.
- Nos interventions visent l'apaisement émotionnel de l'enfant afin d'obtenir sa coopération.
- Nos interventions veulent solliciter le cerveau supérieur de l'enfant (sa capacité d'être connecté à lui-même et à autrui).
- Nos interventions recherchent l'attention de l'enfant et de l'ado vers la réceptivité par notre connexion affectueuse et sécurisante (notre relation d'attachement).
- Nos interventions s'orientent à obtenir éventuellement la coopération de l'enfant et de l'ado afin de recadrer son comportement afin qu'il soit adéquat.

#### **ENSUITE, REDIRIGEZ**

#### LA DISCIPLINE EN TROIS TEMPS ET L'APPROCHE SANS DRAME

- Se posez les trois questions suivantes:
  - 1. «Pourquoi mon enfant a-t-il réagi de cette manière? (Que vivait-il intérieurement, sur le plan émotionnel?]
  - 2. Quelle leçon dois-je lui apprendre?
  - 3. Comment être sûr qu'il la retienne?»
- Deux principes:
  - Attendez que votre enfant soit prêt (et vous aussi).
  - 2. Montrez-vous constant mais pas rigide.
- Trois résultats pour la clairvoyance:
  - 1. <u>La lucidité intérieure</u>: Aidez les enfants à comprendre leurs propres émotions et leurs réponses aux situations difficiles.
  - 2. <u>L'empathie</u>: Entraînez les enfants à réfléchir aux conséquences de leurs actes sur les autres (sur lui-même et sur l'environnement).
  - 3. <u>La réparation</u>: Demandez à l'enfant ce qu'il peut faire (solution) pour remettre les choses d'aplomb (comment reprendre la relation saine).» (p. 290)





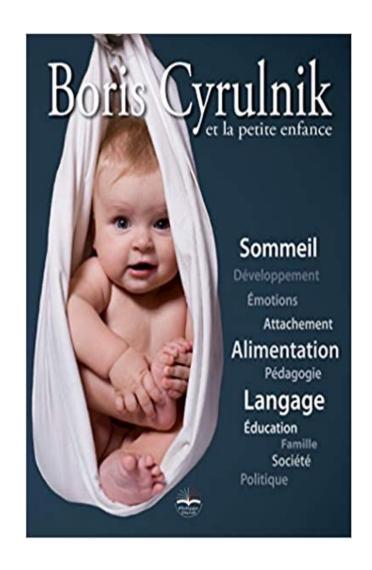
## RÉFÉRENCES

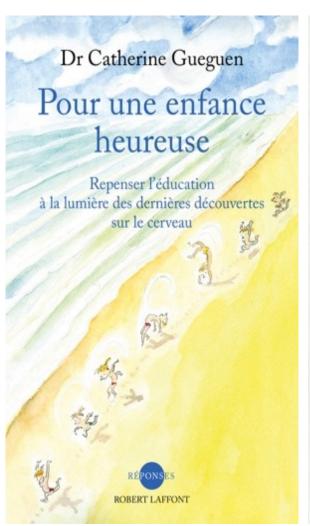


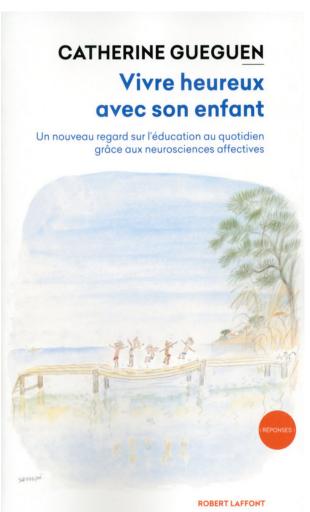






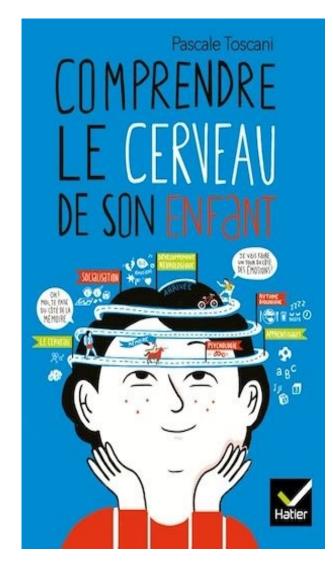


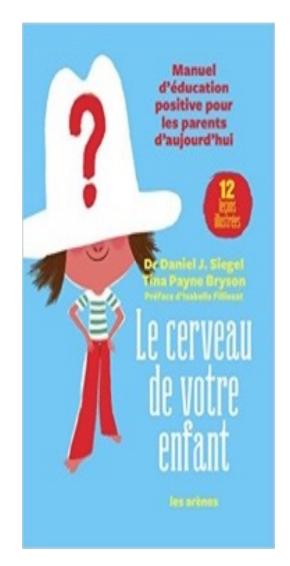


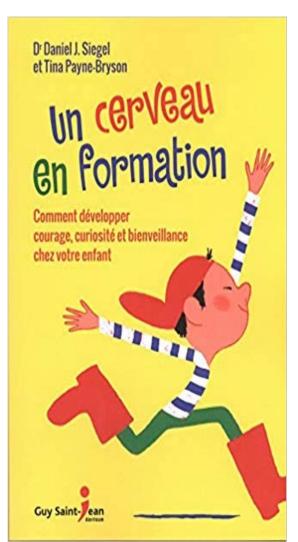


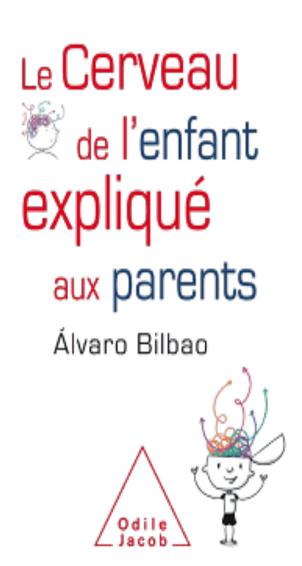


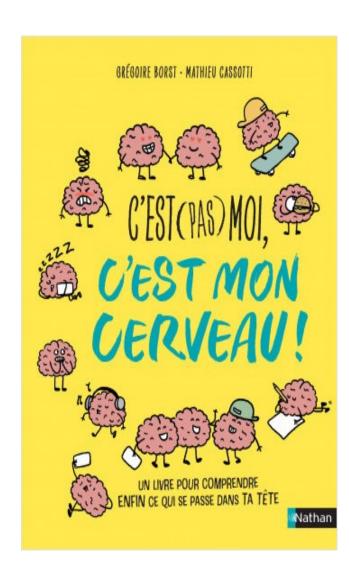


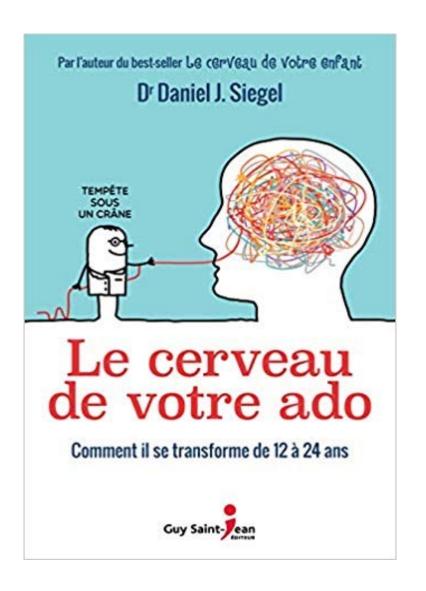


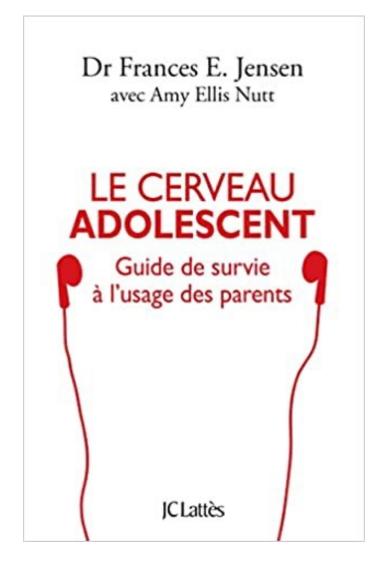


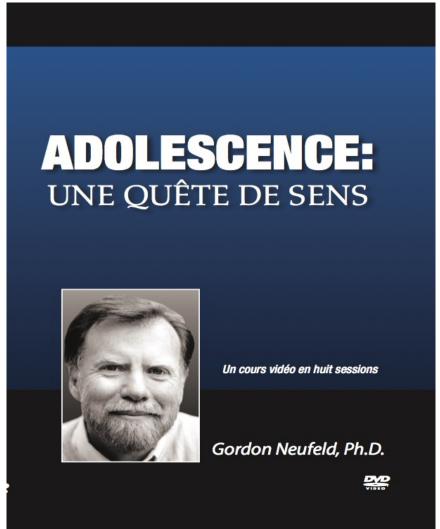


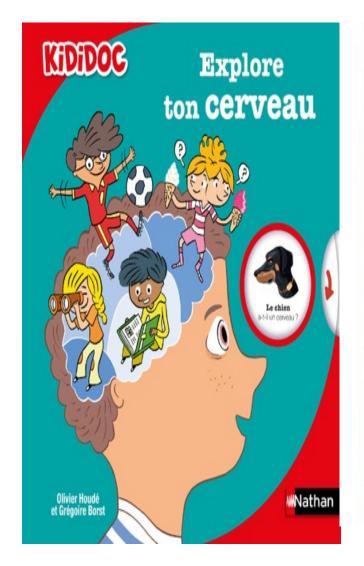


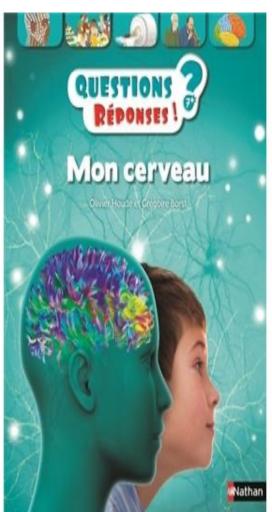


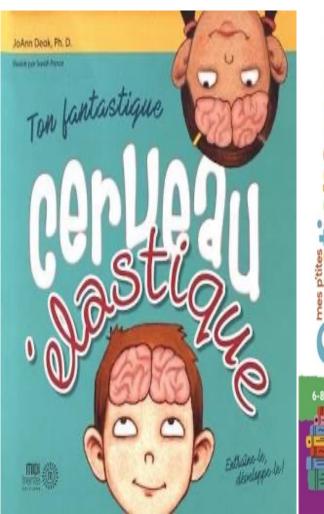


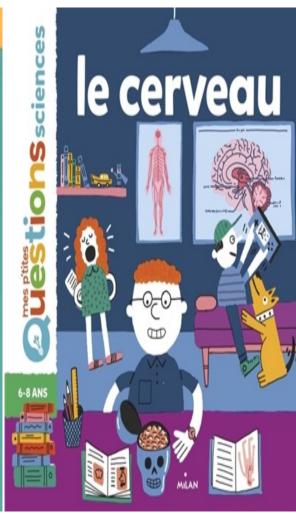














Pour votre qualité de présence qui fait une différence dans le développement des enfants et des ados