



IMPLIQUER POUR PRÉVENIR l'opposition

QUAND L'ENFANT OBÉIT À UN ORDRE, SON CERVEAU FRONTAL RESTE INACTIF. SOUS LES ORDRES, SON CERVEAU SE MET SOUS STRESS CAR LES ORDRES SIGNALENT QU'IL Y A UNE URGENCE, UN DANGER.



En fait, un ordre inhibe le cerveau préfrontal : quand il y a du danger, il est important d'agir vite et sans réfléchir. Tous les humains aiment utiliser leur cerveau préfrontal, se sentir maîtres de leur vie, sentir leur libre arbitre. Quand le libre arbitre leur est enlevé, cela génère du stress.

Lorsque vous faites réfléchir l'enfant, quand vous lui offrez un choix, et lui laissez donc un espace de décision personnelle, vous lui proposez de mobiliser

son cerveau frontal, celui qui permet de penser, de décider, d'anticiper, de prévoir...de devenir responsable.

COMMENT ÉVITER DE DONNER DES ORDRES ?

- Installer des associations : bottes pour quand c'est mouillé...mitaines pour la neige...
- Installer des routines, des suites de gestes

« Se voir proposer un choix, c'est vivre un sentiment de liberté. »

Catherine Dumonteil-Kremer



L'ENFANT COOPÈRE DAVANTAGE LORSQU'ON *l'implique*

- Poser des questions, faire réfléchir
- Mettre l'enfant en position de décider ne serait-ce qu'une petite chose
- Donner des informations
- Donner des choix.

Selon Isabelle Filliozat, l'ordre est contre-productif. Pourquoi ? Parce que l'ordre est entendu par notre cerveau verbal, mais le passage au cerveau préfrontal ne se fait pas. Or, le cerveau préfrontal est celui qui nous donne la capacité de décider de nos comportements, d'avoir un libre arbitre. Si on exige un comportement sans considérer le libre arbitre, on déclenche un stress, donc une rébellion.

Quand l'adulte n'a plus d'attente, l'enfant ne subit plus de pression, son opposition

tombe. Attention, le lâcher-prise n'est pas un truc pour obtenir reddition. Il y a des choses sur lesquelles on peut lâcher, plus qu'on ne le croit. En revanche, il y a aussi nombre d'aspects absolument non négociables, imposés par les nécessités de la socialisation, pour la santé, voire la survie de l'enfant. Pas question de faire du lâcher-prise une technique universelle. Et lâcher prise n'est pas laisser faire !

Le lâcher-prise est utile parce que l'opposition de l'enfant porte plus souvent sur le processus que sur le contenu ! L'enfant ne s'oppose pas vraiment à mettre son pantalon, mais à la manière dont vous le lui avez demandé, ou parce qu'il veut mettre d'abord les bas, ou... C'est vrai qu'ils sont inventifs en termes de motivations qui nous paraissent étranges !

« L'opposition de l'enfant s'explique plus souvent par la manière dont vous lui avez demandé que le contenu de votre demande. »

Isabelle Filliozat



POUR ÊTRE COEUR À COEUR...

Une fois la consigne énoncée, un seul mot permet de la rappeler. Un seul mot ne demande pas de traitement complexe du système verbal, l'enfant peut agir. Les grands discours dépassent les capacités des plus jeunes, qui ne peuvent se représenter dans leur tête ce que signifient toutes ces explications. Expérimentez le pouvoir d'un seul mot.