

« dur dur d'être parent... »



Au moins 15 bonnes
raisons de dire **NON**



Ce livret est le fruit d'échanges entre l'association « Femmes Debout » et une vingtaine de familles.

Suite à ces rencontres, ce livret a été élaboré pour être un soutien et que le plus grand nombre puisse profiter de ses réflexions. L'Association « Femmes Debout » vous offre ce livret qui aborde des situations quotidiennes au sein des familles.

Merci à toutes ces mères de famille, aux bénévoles de l'association « Femmes Debout » pour la réalisation de ce livret ainsi qu'à notre jeune dessinatrice Marie Simon et à notre superviseur Monsieur Claude Brichler, chercheur en Sciences de l'Education, médecin de l'enfant et de la famille.

Merci à Souad Ben Ahmed, Psychologue Clinicienne, pour le travail effectué dans le cadre des actions de soutien à la fonction parentale.

La fonction parentale

Les images

Chaque enfant construit jour après jour une image globale qu'il imagine être celle de son père et celle de sa mère.

A l'adolescence, le jeune doit accepter qu'il a rêvé, et qu'il a à vivre avec des êtres faits de chair et d'os.

Quand ce travail est terminé on considère que le sujet est devenu adulte.

La promesse

Chaque personne lorsqu'elle se trouve en position de devenir un père ou une mère, fait implicitement la promesse que toute sa vie et quoiqu'il arrive, elle restera le père ou la mère de cet enfant.

2

La parole

La parole est possible pour l'enfant entre deux et quatre ans, lorsqu'on lui a montré que, si le parent dit « non », cela est plus fort que la réaction d'opposition qu'il va mettre en œuvre.

Les besoins selon l'âge

Dans le passage qui sépare le bébé de l'adulte il est important de tenir compte des étapes du développement de l'enfant.

Nous rappellerons que celui que l'on appelait « l'infans » c'est celui qui ne parle pas.

Il y a donc bien plusieurs passages obligés :

- L'âge de 2 ans : le stade du « non »
- L'âge de 7 ans : le stade de l'âge de raison.
- La puberté qui est marquée par des modifications du corps.

Les difficultés, qui paraissent s'amplifier par les propos exprimés sur les adolescents, révèlent bien la disparition des rites de passage qui mettaient une fin à l'enfance.

C'est pour cela que nous parlons trop souvent de crise à l'adolescence alors que cette étape a toujours existé.

« Je trouve que les jeunes sont devenus de plus en plus instables, ils manquent de respect à l'égard des adultes, ils ne se lèvent plus quand un ancien entre dans une pièce. Qu'allons nous devenir ? »

SOCRATE -340 avant J.-C.

Le cadre

Dans l'éducation, l'obligation pour les parents de poser un cadre (faire autorité) va permettre à l'enfant d'agir de même au niveau de sa vie psychique et de ne pas se laisser emporter par l'imagination.

Créée en 1996, l'Association **Femmes Debout**, association laïque et apolitique, se veut un lieu de dialogue, d'écoute et d'échanges (éducation, médiation, santé, prévention).

Elle vise à promouvoir le rôle de la femme dans la société, à encourager toutes actions sociales et culturelles qui visent à l'épanouissement des femmes en particulier et à créer des liens sociaux.

Ces actions assurées par des bénévoles et des professionnels sont nombreuses et variées :

- lieu d'entraide et d'écoute
- aide aux démarches administratives
- accueil aux primo-arrivants
- lutte contre les discriminations
- accès à la culture pour tous et à la citoyenneté
- «Point écoute jeune»
- «Relais Parents»

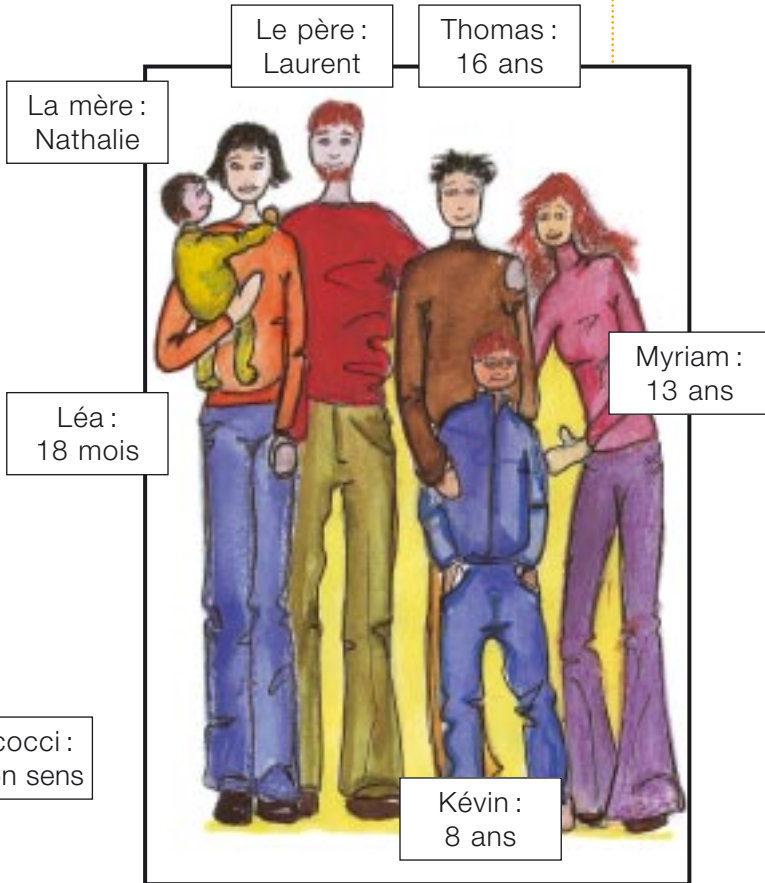
Prologue

On ne peut attendre d'un enfant qu'il sache de lui-même, ce qui est bon pour lui.

Les parents, premiers éducateurs de leur enfant, devront poser des règles, établir un cadre et veiller à ce qu'il soit respecté.

Même si ce rôle est difficile, il est cependant vital, nécessaire pour le développement harmonieux de l'enfant.

La famille



Poser des repères est fondamental pour le développement de l'enfant. Savoir dire NON, c'est aider son enfant à se construire.

Qui leur apprendra ?

L'adulte a éprouvé, éprouve et éprouvera toutes sortes de limites (financière, physique ou autre...).

Il y fait d'autant mieux face qu'il y a été préparé tout au long de son éducation.

Si nous apprenons aux enfants qu'ils ne peuvent pas tout avoir et tout de suite, ils pourront assumer les responsabilités qui seront les leurs quand ils seront adultes.

Dire « NON » ce n'est pas perdre l'amour de son enfant.

Pas facile



Pour toi, que de tracas en moins, si avec Laurent et Thomas vous aviez discuté et prévu cet achat !

Tout donner : c'est tuer le désir

Certes, vouloir avoir le même look que ceux de son âge, **c'est naturel**. L'achat le plus cher n'est pas indispensable.

L'enfant et l'adolescent doivent **prendre conscience** qu'il existe un budget familial à ne pas dépasser.

Cela lui permettra de comprendre que chaque individu a une responsabilité financière.

Je t'aime quand même ...!

Il aurait aimé des chaussures de marque, mais notre budget... pour la casquette à la mode, pourquoi pas !



Elles sont nulles, je ne les mettrai pas ma mère n'est pas dans le coup !



**Tu l'aimes ton gamin !
Mais tu dois aussi gérer ton budget.**

Etablir les règles sans attendre les moments difficiles

Sans règle, sans loi, sans obligation, aucun groupe, aucune société ne se développe et ne permet à ses membres de vivre en harmonie, de grandir, de s'épanouir.

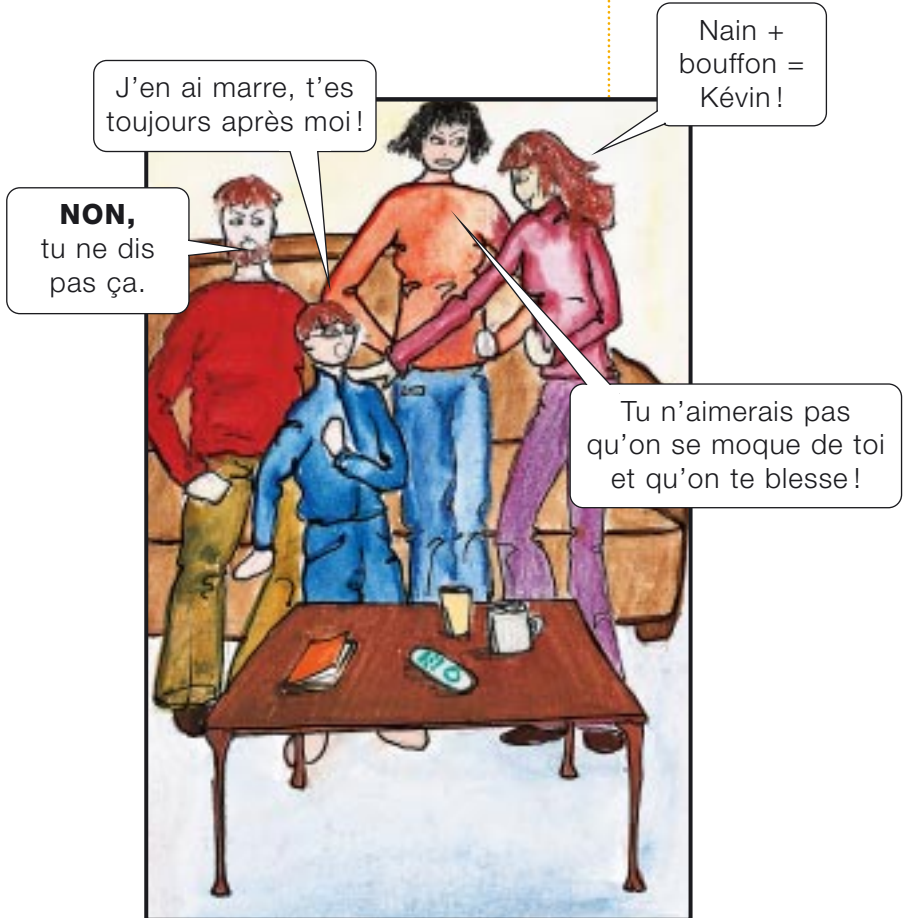
La famille, si elle ne peut se soustraire aux règles de la société, **instaure également ses propres règles, et ses propres façons de vivre.**

Si certaines de ces règles familiales sont et restent valables, d'autres évoluent, s'adaptent en fonction de l'âge et des besoins de chacun (père, mère, enfants.).

Dans toutes familles les rivalités entre les enfants existent. Elles leurs permettent d'affirmer leurs choix, de structurer leurs caractères.

Il est cependant nécessaire que les parents soient des **modérateurs.**

Et le respect alors... ?



Là, vous avez assuré les parents,
fallait pas laisser faire : «RESPECT»

les parents restent responsables quels que soient les usages de la société

La famille a raison de **poser des règles** qui lui sont propres.

Les parents agissent en accord avec leurs convictions et leurs peurs sans avoir nécessairement le souci de se conformer au modèle ambiant.

Le jeune se sentira souvent tiraillé entre les règles de la famille et les règles du groupe.

C'est aux parents de lui **faire comprendre** le sens de leurs décisions.

Tu rentres !



**Dur dur Laurent, dans
une telle société tu as réussi
à garder tes convictions !**

Parents n'hésitons pas à demander conseil

Quel que soit l'âge, par leurs attitudes, leurs goûts, leurs comportements, leurs choix, leur vocabulaire, les enfants nous parlent. Ils manifestent, extériorisent leurs états intérieurs (une baisse importante des résultats scolaires est un signe souvent révélateur de problème).

Il est important pour les parents de comprendre que **l'enfant évolue**, qu'il **s'affirme**.

Sans qu'il en ait conscience, ses choix peuvent être destructeurs, mortifères. D'où l'importance de la **vigilance**, du rôle de garde-fou **des parents et des adultes**.

Nos enfants ont besoin d'une **présence attentive**.

A quoi tu joues ?



**Tu as raison Nathalie, préoccupe-toi
de Thomas et de sa vie.
Il a besoin de te savoir attentive.**

Manger ensemble : c'est plus que s'alimenter

Une bonne alimentation permet de grandir et de se développer.

Ce qui favorise une bonne alimentation

- L'équilibre alimentaire : diversité des aliments et quantité adaptée.
- L'aventure du goût, de la saveur.
- La participation de l'enfant à la confection des repas quand c'est possible.
- La convivialité : attitudes agréables, temps d'échanges, les **parents veilleront** à ne pas faire du repas familial un **temps d'inquisition**.

Ce qui gêne une bonne alimentation

- Les conflits familiaux : livret scolaire, sortie...
- L'isolement, le repli sur soi : télévision, lecture, jeux vidéo...
- Le grignotage hors des repas : **NON** au réfrigérateur à toute heure.
- Manger uniquement ce qui fait envie.

Bon appétit !



Avec tout
ce gras... beurk !
Chouette,
j'ai encore maigri !

C'est sympa
quand les parents
sont pas là !

Quel sac d'os !



**Mais, vous êtes où les parents ?
Vous croyez que vos enfants peuvent
être raisonnables à votre place !**

Dormir : un besoin indispensable

Le sommeil assure les besoins de récupération (fatigue physique et nerveuse)

Il permet la **croissance** et le **développement psychomoteur**. Il est essentiel à la maturation du système nerveux et au développement, à l'augmentation de la mémoire. Les informations sont accumulées dans la journée et sont stockées dans notre cerveau pendant notre sommeil.

Ce qui favorise un bon sommeil

- Horaire : régularité et nombre suffisant d'heures de sommeil
- Rituels : Histoires, chansons, objets familiers, relaxation, gestes de tendresse
- Environnement : chambre aérée, calme.

Ce qui gêne un bon sommeil

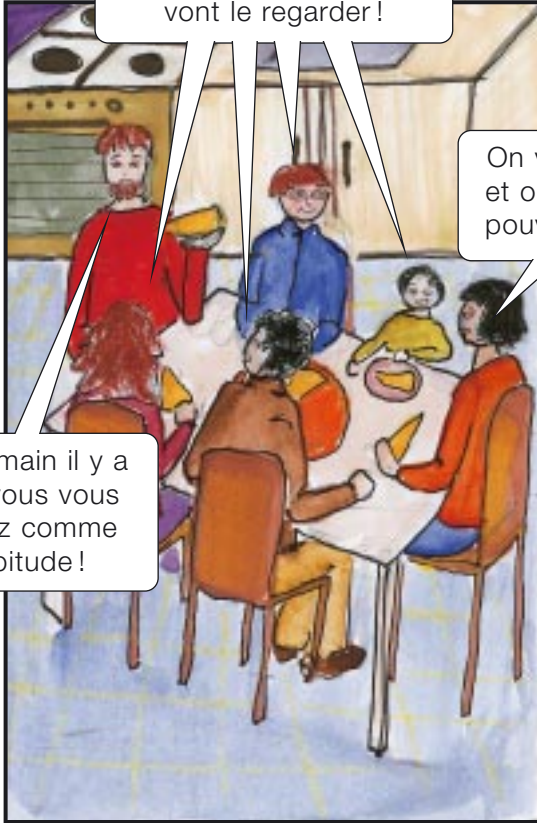
- Inquiétudes, contrariétés, nervosité, soucis, stress.
- Films violents, peurs.
- Conflits et soucis familiaux.
- Le **lit** ne peut être un **lieu de punition**.

Et bonne nuit !

Pour une fois,
laissez-nous regarder
ce film, tous les copains
vont le regarder !

On va l'enregistrer
et on verra si vous
pouvez le regarder

Non, demain il y a
école, vous vous
couchez comme
d'habitude !



Et bien voilà, il y a toujours
une solution !
Et demain, ils seront en forme.

Nécessaire séparation

Dans les premiers mois de sa vie, le nourrisson est dépendant de sa mère.

Il pense qu'elle est un prolongement de lui même.

En étant présent le père permet que la relation fusionnelle (qui s'est installée tout au début de la vie, entre la mère et l'enfant), évolue d'une autre façon.

Dans l'intimité familiale, chacun doit préserver son «espace personnel».

Pour trouver son autonomie, la séparation est nécessaire, aussi difficile soit-elle !

A chacun sa place



Elle est encore là!
ce n'est pas sa place!
Elle a sa chambre!



Ça t'agace, elle n'arrive pas
à se séparer de Léa!
Heureusement que tu es là!

Ensemble et parents

Dans l'éducation il est utile que chaque parent apporte ses propres richesses culturelles. L'éducation de l'enfant sera d'autant plus riche qu'elle est diversifiée.

Il est donc souhaitable que dans la famille, père, mère expriment leurs différences de sensibilité, de culture, de modèles familiaux. **La construction de l'enfant** demande à ce que **les parents s'entendent, qu'ils vivent ensemble ou non.**

Les parents sauront mieux faire face aux demandes, aux provocations de l'enfant, s'ils ont pu aborder et débattre ensemble des grands thèmes éducatifs (règles familiales, importance des valeurs,...)

Des décisions, apparemment banales, influencent le comportement de l'enfant et marqueront ses choix futurs.

Les conflits parentaux ne concernent pas les enfants. Il est important, que l'on vive ensemble ou non, de ne pas critiquer l'autre.

Accords, des...accords!



**De quoi as-tu peur Nathalie ?
Jusqu'à quand, vas-tu empêcher Laurent
d'assumer ses responsabilités ?**

Indispensables règles

Dès le premier âge de leur enfant, les parents ne peuvent faire autrement que d'établir certaines règles indispensables. Ces règles sont d'autant plus efficaces que les éducateurs de l'enfant (parents, grands-parents, enseignants,...) sont cohérents :

- Elles permettent à l'enfant de devenir progressivement un être responsable et autonome.
- Des limites mal adaptées, trop rigides ou trop laxistes n'ont pas l'effet structurant recherché.
- C'est aussi en se confrontant, en transgressant les règles, les limites et le cadre posé que l'enfant, le jeune affirme, développe, construit sa personnalité.
- Même si cela est difficile, tout manquement aux règles établies doit être sanctionné.
- La sanction est efficace, réparatrice et constructive quand elle est adaptée et appliquée sans faille.
- **Limites, règles, cadre sont nécessaires à la vie et à la survie de chaque individu.**

Après l'heure... c'est plus l'heure!



Ne baissez pas les bras ! Il y a de quoi ne pas être content, mais surtout tenez bon les parents, si vous avez dit 23H, ce n'est pas 23H30 !

Semblables et différents

Nous sommes tous différents et c'est cette différence qui nous enrichit.

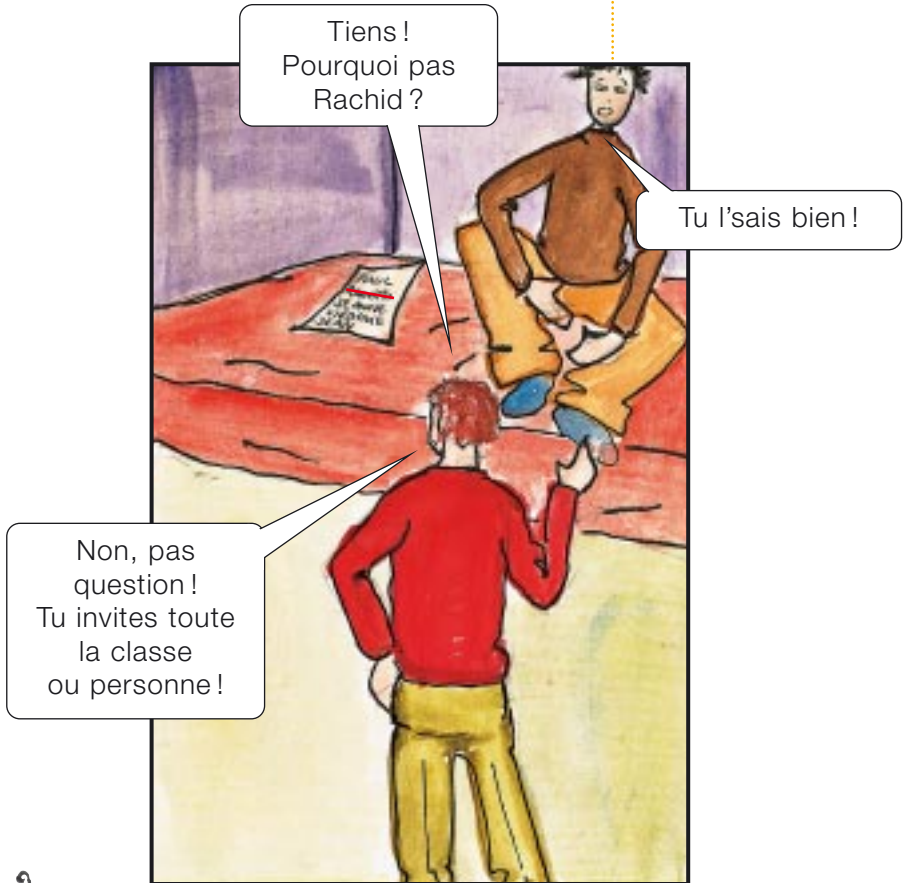
Derrière sa culture d'origine, la couleur de sa peau, l'individu existe : toutes les différences doivent être approchées sans peur.

Plus la famille participe à la vie sociale et culturelle, plus elle a de chance de créer une ouverture d'esprit chez l'enfant.

Les paroles, les faits, les **actes racistes : C'EST ILLEGAL.**

Il est bon de le redire souvent aux enfants.

Tous différents ?... Tous importants !



**Parle à Thomas du racisme,
c'est important. Tu sais, à l'école,
ils ne se font pas de cadeaux !**

L'espace vital

Avoir une grande ouverture d'esprit, ne veut pas dire, permettre à l'enfant d'être témoin de tous les aspects de la vie de ses parents et en particulier de leur vie conjugale.

Le jeune construira son intimité, dans la mesure où ses parents auront su gérer la leur.

Tout petit déjà, l'enfant développe un sens de la pudeur qui est à respecter et ne doit pas être l'objet de moqueries.

Préserver l'intimité du couple et celle de l'enfant est important.

Chut...: Jardin secret

Tu sais on veut
que tu frappes !



...et en plus,
tu ne rentres que
si on t'autorise.



Ok, préservez l'intimité de votre couple, c'est super important. Heu... Pensez aussi aux jardins secrets de vos enfants.

L'estime de soi

Tout petit, l'enfant a les capacités qui feront de lui un adulte. Elles se révéleront grâce à la confiance bienveillante que ses éducateurs (parents, grands-parents, voisin, animateur,...) lui manifestent. Cette confiance en ses capacités lui permet de choisir, de progresser, de faire face.

Chaque nouvelle étape, acquisition est vécue par l'enfant comme une victoire : celle-ci est un encouragement à faire plus et mieux.

Le désir, moteur extraordinaire, est l'allié des parents. Il permet à l'enfant, l'adolescent de grandir, d'évoluer, d'imaginer, de se projeter, de se voir plus grand, de se voir autre...

C'est en forgeant, qu'on devient forgeron...

Maman,
tu m'fais
mon gâteau ?



Non non,
tu peux le faire...
et je t'aiderai
si tu veux.



**T'as tout compris Nathalie !
C'est en faisant qu'on apprend !**

L'exemple

Même si les méfaits de leurs enfants leur paraissent peu importants, les parents veilleront à ne pas être complices.

Très tôt l'enfant est capable de comprendre que tout ne lui appartient pas.

Lorsqu'il y a transgression, il ne faut ni ignorer, ni minimiser. Une réaction adaptée permet à l'enfant de prendre conscience qu'il est dans un monde régi par des lois, vis-à-vis desquelles les adultes sont intransigeants : **un vol est un délit.**

C'est par leurs comportements que les parents montrent l'exemple et responsabilisent leurs enfants.

Nos attitudes autant que nos paroles ont valeur d'exemple.

Si... c'est grave!

Tu as pris
cette bague!

Allez,
on y retourne.
Tu vas la rendre
et t'excuser



35



**C'est une toute petite bague, mais
un vol...c'est un vol!**

ajustement... réajustement

Pour protéger l'enfant faisons en sorte que nos faiblesses ne deviennent pas leurs faiblesses.

Dans certaines circonstances, il nous arrive de donner une permission et après réflexion de devoir revenir sur celle-ci. **Ce n'est pas une erreur que de changer d'avis,** mais il est utile d'expliquer ce revirement à l'enfant.

L'important, c'est la construction harmonieuse de l'enfant.

Oui, mais... NON!



**Il t'en faut du courage, Laurent !
Ils ne laissent rien passer
ces jeunes ! Mais, n'hésite pas
à revenir sur tes positions.**

Faites-vous confiance



Qui mieux que vous, parent aimé,
par votre capacité à dire NON,
permettra à votre enfant de
se construire : Vos enfants
vous en seront reconnaissants !

Nous remercions nos partenaires

qui nous ont fait confiance et soutenus
dans cette démarche.



**Conseil
Général du Jura**



Ville de Dole



Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

**Direction
Départementale
des Affaires Sanitaires
et Sociales**

**Délégation régionale
aux droits des femmes
et à l'égalité de
Franche-Comté**

**Délégation
Interministérielle
à la Ville**



Fonds d'action et de soutien pour l'intégration
et la lutte contre les discriminations



**Fédération de
Conseil des Parents
d'Élèves**



Les logos « femmes debout » et « relais parents » sont des marques déposées, propriété de l'association. Réalisation : création conseil, avril 2003.

Imprimé en avril 2003

Photogravure, mise en page :

X-POSE France 01630 Sergy

Imprimeur : 4810 à Sallanches



Association « FEMMES DEBOUT »

Pour tout renseignement, contactez nous :

63, avenue de Verdun

« Les grands champs » 39100 Dole

Tél : 03.84.82.14.37

Tél./Fax : 03.84.72.96.67

Email : femmesdebout@wanadoo.fr