

Cette fiche est coupée en 2 parties afin de pouvoir aborder l'ensemble des notions

1^{ère} partie

Principe

Lorsqu'un parent **décide d'avoir de l'autorité** sur son enfant et donc de remplir un ou plusieurs de ses besoins, il a tendance à oublier que **lui-même à des besoins qui peuvent freiner** sa propre autorité.

Pour mieux comprendre ce principe, prenons l'exemple **d'un parent qui est au supermarché avec son enfant**. Très souvent, après quelques dizaines de minutes passées dans cet endroit, l'enfant demandera un jouet afin de satisfaire son besoin d'amusement. De manière générale, le parent aura tendance à répondre « **non** » afin d'apprendre à son enfant **la frustration**, élément essentiel pour grandir dans la société (il est bien évident que dans une société où il y a des magasins partout autour de nous, la compétence « gérer la frustration » semble essentielle).

Il peut arriver, à ce moment, que l'enfant refuse ce « **non** », estimant que son besoin est réellement important et décide de faire ce qui est communément appelé un « **caprice** ». Face à cette réaction, le parent aura **deux solutions**: soit il décidera de **rester sur son « non »** afin de réellement apprendre à son enfant la frustration, soit il **changera d'avis** et achètera le jouet. Dans le dernier cas, très souvent, ce seront **les besoins propres du parent** qui l'auront poussé à prendre cette décision et à **renoncer** à son autorité.

Quelles sont nos besoins, failles de notre autorité?

Pour le cas que nous avons étudié, voici les principaux besoins qui ont poussé au changement de décision.

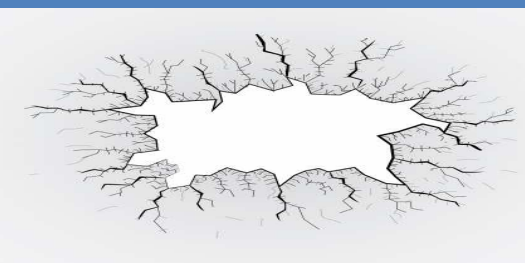
- Besoin **d'amour** (être aimé par son enfant et/ou peur de ne plus être aimé)
- Besoin de préserver **son temps** (pas de perte de temps à négocier avec son enfant)
- Besoin de préserver **son énergie** (le conflit avec son enfant aurait créé une dépense d'énergie non souhaitée par le parent)
- Besoin de préserver **son image** (peu de gens apprécient de devoir s'énerver devant une foule de personnes inconnues)

Trois choses à retenir

- L'autorité est dans toute relation et **circule entre les deux** de manière naturelle. Parfois, c'est vous qui aurez l'autorité, parfois ce sera votre enfant.
- Si vous ne laissez jamais l'autorité à votre enfant, vous risquez fortement de perdre la vôtre sur lui.
- Si vous laissez vos besoins vous contrôler à n'importe quel moment, vous perdrez en autorité et votre enfant sera ce que l'on appelle un « enfant roi »

Important

L'autorité n'est pas un combat, c'est un partage. En tant que parent, l'important est de savoir comment prendre son tour au bon moment.



Et vous?

Savez-vous prendre votre tour au moment où vous en avez besoin?