

JOUR 2 :

PERMETTRE À L'ENFANT DE GAGNER EN AUTONOMIE

Très souvent, on fait à la place de l'enfant pour gagner du temps. Parce qu'**on fait mieux, plus vite. On est plus efficace.** Et c'est normal, l'enfant ne maîtrise pas encore le bon geste, il se trompe, il recommence, ou alors il est dans ses pensées donc traîne... Nous, en tant qu'adulte, ça nous agace, ça ne va pas assez vite par rapport à notre emploi du temps, par rapport aux objectifs qu'on s'est fixés, on voit les conséquences sur après (alors que l'enfant est dans le moment présent) donc on fait à sa place, parce que sinon on le presse, ça crée une mauvaise ambiance, on stresse l'enfant par notre propre stress, et au final, l'adulte fait à la place de l'enfant.

Je lisais l'autre jour dans un livre, l'histoire d'un garçon de dix ans qui ne laçait pas ses chaussures, et qui, pour y pallier, prenait toujours des chaussures à scratch. Quand on a demandé à sa maman pourquoi son fils ne lace pas ses chaussures, elle a répondu qu'elle a essayé, mais « qu'il n'allait pas assez vite et n'était pas doué pour cette tâche ». Pour éviter les conflits et surtout, pour éviter de perdre du temps, elle faisait à sa place. Ensuite, on a demandé au jeune garçon pourquoi il n'essayait pas d'apprendre à faire ses lacets au lieu de toujours acheter des chaussures avec scratch. Il a répondu « J'en ai marre de voir que ma mère me trouve trop nul pour faire mes lacets comme un grand. Un jour j'ai bien réussi à les faire mais ma mère m'a dit que ce n'était pas la bonne méthode. Et elle m'a dit que même mon petit frère y arrive mieux. Je me suis énervé et ma mère aussi. Alors j'ai décidé que je mettrais que des scratches, comme ça maman ne me criera plus dessus pour ça et ne me dira plus que je suis nul. Mais c'est vrai que je suis pas très doué de mes mains de toutes façons ».

Apprendre demande du temps :

L'exemple que je viens de vous citer, illustre parfaitement le fait que les apprentissages demandent du temps. Et selon les apprentissages, c'est plus ou moins laborieux, plus ou moins long. Il faut se tromper, recommencer, encore et encore. Et ça demande du temps. Mais **l'enfant va y arriver un jour. Sauf si on fait à sa place.**

Si on fait à sa place, on élimine le processus d'apprentissage, et on envoie comme message à l'enfant « tu es trop nul, laisse-moi faire ». Parfois, bien sûr, c'était trop tôt, et l'enfant n'était pas prêt. On réessaie plus tard. Mais dans tous les cas, on doit permettre à l'enfant d'expérimenter, et de s'entraîner. Et on doit être patient(e). Parce que **c'est cette patience qui fera qu'on gagnera du temps sur le long terme et que l'enfant deviendra de plus en plus autonome.**

Pour l'enfant, apprendre est un travail :

On apprend en faisant, bien mieux qu'en écoutant. **Faire est le meilleur moyen d'apprendre.**

Et pour l'enfant, apprendre est un travail à temps plein. Il ne fait que ça depuis qu'il est né : apprendre à reconnaître les personnes, apprendre à prendre des objets avec ses mains, apprendre à marcher, apprendre à parler, apprendre à s'habiller tout seul, apprendre à aller aux toilettes tout seul, et ainsi de suite. **C'est un travail qui demande de l'énergie, de la concentration, de la mémoire, et de s'entraîner.**

Pour gagner en autonomie, l'enfant a besoin qu'on le laisse faire. D'ailleurs, c'est pour cette raison que l'enfant, vers 2 ans, traverse une phase de « non » et d'énervements, parce qu'il veut faire par lui-

même. Ce qu'on appelle le « terrible two » démontre que l'enfant gagne en autonomie, il a l'envie de faire plein de choses lui, comme les grands, et gère très mal la frustration quand on fait à sa place. En grandissant, même si c'est moins visible, les processus sont pourtant les mêmes.

L'enfant a besoin qu'on lui fasse confiance. Il a besoin qu'on lui donne du travail. **Il a besoin de se sentir capable.** Il aime qu'on le félicite quand il y est arrivé. Il a besoin qu'on soit fier(e) de lui. Ce n'est pas seulement ses capacités manuelles ou intellectuelles qu'on l'aide à développer en le laissant faire, c'est aussi sa confiance en lui.

Il n'y a pas d'autonomie dans les apprentissages scolaires s'il n'y a pas d'autonomie dans la vie quotidienne :

Si vous pratiquez l'instruction à la maison, vos enfants ont aussi besoin de **gagner en autonomie dans leurs apprentissages**. On peut permettre à l'enfant d'être autonome, c'est-à-dire de travailler par lui-même, de faire ses recherches, de faire ses exercices sans avoir besoin de nous toutes les 2 minutes. L'enfant peut être autonome dans sa gestion du programme ou encore dans sa gestion des heures de travail. Si vous avez des enfants qui vous sollicitent tout le temps, ça peut paraître impossible ou même idéaliste, mais je vous assure que c'est possible.

Bien sûr, il y a des caractères qui font que naturellement, on est plus ou moins autonomes. Mais je pense vraiment que **la manière dont on accompagne l'enfant peut l'aider à gagner en autonomie, et ce dès son plus jeune âge**. Mais comme le dit le titre de ce paragraphe, pour permettre à l'enfant d'être autonome dans ses apprentissages scolaires, il faut d'abord lui permettre d'être autonome dans la vie.

On n'est pas l'esclave de notre enfant :

Le revers de la médaille **lorsqu'on fait tout à la place de nos petits, c'est qu'une fois plus grands, ils ont pris cette habitude qu'on fasse à leur place**. Et alors qu'on voulait aller plus vite, on se retrouve à tout faire et on n'a plus de temps pour soi. Gagner du temps en faisant systématiquement à la place de l'enfant quand il est petit, c'est devenir petit à petit son esclave domestique. Et ça, c'est terrible, parce que la majorité des parents qui sont dans ce cas, ne réalisent pas que c'est eux-mêmes qui se sont mis dans cette situation. Mais heureusement, on peut en sortir (ce qui ne va pas plaire aux enfants au début, mais qui est salubre pour toute la famille).

Comment développer l'autonomie des enfants au quotidien :

Si vous êtes d'accord, et bien je vais vous donner des pistes pour apprendre aux enfants à gagner en autonomie. Bien évidemment, c'est à adapter selon l'âge des enfants, mais je vous assure qu'on a tendance à les sous-estimer alors qu'ils peuvent participer à de nombreuses choses:-)

- 1. Ranger leurs affaires :** Si on reprend l'exemple que je vous ai donné hier avec Djanaé, dès que l'enfant est capable de se retourner et de s'asseoir, et dès qu'il peut prendre un objet dans la main, il peut commencer à participer au rangement de ses jouets, en les mettant dans une boîte. Tout part de là. Au début, ça va l'amuser. Ensuite, plus du tout. C'est là qu'il faut tenir bon. Je me rappelle d'une fois où j'étais venue voir un ami avec Djanaé. Elle avait moins de 2 ans, et j'avais pris un sac de légos pour qu'elle s'amuse avec. Au moment de partir, elle ne

voulait pas ranger les légos dans le sac. Je l'ai aidée, mais je lui en ai laissé assez pour elle aussi. Elle a du mettre 20 minutes à ranger ses 6 ou 7 légos que j'avais laissés. Elle ne voulait clairement pas les ranger, ça la saoulait. Il faut savoir qu'à 2 ans, Djanaé parlait très bien et donc on savait exactement ce qui se passait dans sa tête. Mon ami me disait que ça irait plus vite si je rangeais à sa place. C'était vrai. Mais je n'étais pas spécialement pressée, et je savais que si je faisais à sa place, le schéma se reproduirait la prochaine fois. Elle a fini par ranger ses jouets, je l'ai félicité, et lui ai dit que la prochaine fois, si elle faisait plus vite elle perdrait moins de temps bêtement. Il n'y a jamais eu de prochaine fois. Même si elle n'a pas toujours envie de ranger, elle sait que ça fait partie de la vie quotidienne. On utilise, on range. On joue, on range. Je ne lui demande pas de ranger mes affaires, son père ne me demande pas de ranger ses affaires, chacun range ce qu'il dérange. Pour faciliter cela, évidemment, il faut que chaque chose ait une place, et il faut que le rangement soit facile : une boîte pour la dînette, une boîte pour les playmobiles, une boîte pour les jeux de société, etc.

2. S'habiller / Faire leur toilette : Quand votre enfant se sent prêt pour cela, il va vous le demander. D'ailleurs, c'est durant cette phase que c'est très pénible, parce que l'enfant veut tout faire par lui-même mais il met beaucoup de temps. Et je vous rassure, ce n'est pas pénible que pour nous. Pour lui aussi puisqu'il se sent prêt et qu'on veut quand même faire à sa place. Dans tous les cas, on commence petit, en laissant l'enfant faire une chose, puis deux, puis trois. Il se sent valorisé et devient autonome, jusqu'à ce qu'on n'ait plus besoin d'intervenir. Et c'est génial quand à 4 ans, votre enfant peut prendre sa douche tout seul, se sécher tout seul, s'habiller tout seul et venir vous voir tout fier en vous disant « j'ai fini maman, tu peux aller ranger les serviettes en haut »:-) Comme je vous le disais hier, on peut aussi permettre à l'enfant de faire sa toilette de chat seul assez jeune (on lui mouille le gant et on lui indique où nettoyer et comment). Pour la toilette aussi, se laver les dents, le visage, se coiffer... tous ces petits gestes qui font que l'enfant gagne en autonomie, et qu'on gagne du temps.

3. Participer aux tâches ménagères : Là encore, on commence petit, et on augmente : mettre la table, la débarrasser, passer la balayette pour ramasser les miettes (ou l'aspirateur), changer sa taie d'oreiller (quand on change les draps de son lit), faire sa chambre tout seul, faire la vaisselle, étendre le linge, arroser les plantes, préparer un repas par semaine... Tout ce que vous faites, vous pouvez le déléguer et le partager. Je vous donne deux exemples : Djanaé, 5 ans et demie passe la balayette dans la caravane tous les matins (moi je le fais le soir). Elle met également la table, et la débarrasse. Elle range sa chambre toute seule (je l'aide juste à mettre son pyjama dans le casier du haut) plusieurs fois par semaine. Le deuxième exemple vient de mon expérience d'enfant : nous étions 6 enfants, et nous participions tous aux tâches ménagères. À 16 ans je nettoiais en plus de ma chambre, la salle de bains et les WC, et j'aidais à nettoyer le salon. Ça, c'était pour la mission de la semaine, sinon chaque jour, selon un planning bien rodé, je mettais la table, ou la débarrassais, ou passais le balais, ou faisais la vaisselle... Tous ceux qui vivent sous un même toit ont des droits et des devoirs :-) Quand on missionne les enfants, non seulement on gagne du temps pour soi, mais on leur apprend à être autonomes pour voler plus tard de leurs propres ailes.

L'autonomie dans les apprentissages :

Une fois que l'autonomie dans la vie quotidienne est en route, on peut commencer à parler d'autonomie dans les apprentissages. Voici quelques pistes pour ne pas avoir besoin d'être toujours à côté de votre enfant lorsqu'il travaille ou fait des activités :

1. L'enfant doit comprendre qu'il est responsable de ses apprentissages : « *On peut forcer un enfant à aller à l'école, mais on ne peut pas le forcer à réfléchir* » - Elbert Hubbard. Vous pouvez aussi forcer votre enfant à apprendre, à travailler sur ses leçons à la maison, mais vous ne pouvez pas le forcer à réfléchir. Tout simplement parce que ça doit venir de lui. Et pour que ça vienne de lui, il doit comprendre qu'il est responsable de ses apprentissages. Comment ? En lui expliquant : « Je suis ta maman / ton papa, je veux que tu sois heureux dans la vie, et ça passe par acquiescer certaines connaissances. Je pourrai t'obliger à t'asseoir et à apprendre par cœur, à faire des exercices, et à recommencer jusqu'à ce que tu aies compris. Mais je ne peux pas t'obliger à t'y intéresser, ni à aimer. Alors je vais essayer de t'expliquer pourquoi je pense que c'est important. Ensuite, tu vas me dire pourquoi toi tu penses que c'est important ». L'enfant a besoin de trouver au fond de lui une raison aux apprentissages. Quand il l'aura trouvée, il trouvera la motivation qui va avec. On sera alors là pour l'épauler, mais plus pour le tirer, à bout de bras.

2. Aider l'enfant à connaître son profil d'apprentissage : L'enfant, pour être autonome dans ses apprentissages, a besoin de savoir comment il apprend le mieux, à quel format il est le plus sensible, qu'est-ce qui fait le plus écho en lui, etc. Bien se connaître, c'est ce qu'on appelle l'intelligence intra-personnelle. C'est une réelle compétence. Je prépare bientôt une formation complète, pour aider l'enfant à savoir exactement comment il apprend le mieux maintenant. Mais en attendant, vous pouvez l'aider grâce aux différents articles sur le blog : [7 profils d'apprentissage](#), [le bouquet des intelligences](#), ou encore [les intelligences multiples pour mieux apprendre](#).

3. Augmenter sa liberté d'action : Pour être autonome il faut avoir le choix, donc être libre de choisir. Si vous voulez augmenter l'autonomie de votre enfant dans ses apprentissages, permettez-lui d'être libre de choisir. Vous pouvez par exemple le laisser choisir :

- par quel devoir il veut commencer,
- quelle leçon il souhaite étudier aujourd'hui,
- quels horaires et quelle fréquence de travail chaque jour,
- comment il veut travailler : avancer dans une matière pendant une semaine, puis une autre la semaine suivante, ou répartir les différents cours sur la semaine,
- ses objectifs pour la semaine, le mois, l'année,
- travailler avec du formel ou pas,

Tout est envisageable, de la petite autonomie à l'autonomie totale et parfaite. Il existe des enfants dont les parents ne se mêlent de rien en matière d'apprentissage. L'enfant auto-gère

son travail, ses manuels, ses cours, ses objectifs (bac ou pas bac), etc. Pour être honnête, c'est notre objectif avec Djanaé. Lui permettre d'être autonome à 100 % dans ses apprentissages. Nous avons donc fait le choix de ne jamais la forcer à faire quelque chose, et force est de constater que d'elle-même elle se fixe des objectifs qu'on n'aurait pas envisagé pour son âge. Et de l'autre côté, elle n'a pas encore « le niveau » sur d'autres domaines par rapport à d'autres enfants de son âge, parce qu'elle n'y trouve encore aucun intérêt. Il faut beaucoup de confiance pour accepter l'idée que l'enfant, quand il a un intérêt, trouve la motivation et les solutions à n'importe quel problème en matière d'apprentissage.

4. Fixer ensemble des objectifs réalisables : Vous souhaitez rendre votre enfant autonome dans son travail, fixez ensemble des objectifs réalisables. J'ai bien dit « ensemble », parce que l'enfant gagne en autonomie à participer à l'élaboration de ses propres objectifs. Il détermine s'il se sent capable ou non de le faire, et il se donne beaucoup plus les moyens s'il a fixé lui-même l'objectif. Pour un petit, ça peut commencer par « ça te dit de colorier ce dessin en t'appliquant pour ne pas dépasser ? Quand tu auras fini, on trouvera un autre super travail pour toi ». Bien sûr, les objectifs des petits enfants sont des objectifs réalisables sans y passer trop de temps, et surtout donc le résultat est visible tout de suite, ce qui est très motivant et très encourageant. Plus l'enfant grandit et plus il a besoin de voir que les objectifs ne prendront pas non plus trop de temps, car ça va le décourager, surtout si c'est un travail qui ne lui plaît pas à la base. C'est pourquoi, donnez des objectifs atteignables en 10 ou 15 minutes maximum. Ensuite, l'enfant peut faire un break, qu'il définit lui aussi, pour se détendre et se changer les idées (par exemple une chanson qu'il aime bien à écouter, une danse, un chapitre de son livre qu'il aime, etc). Et ensuite, un autre objectif. Plus l'enfant grandit, plus les objectifs peuvent être longs, mais eux-mêmes séparés en plusieurs étapes, pour qu'il voit la progression. C'est très important, parce que si l'enfant a l'impression de ne pas avancer, il va vous solliciter ou perdre sa motivation et perdre du temps pour finir. Alors que s'il réussit ses premiers objectifs, petit à petit il prend confiance en lui, il se challenge, et il est fier de les atteindre au fur et à mesure. L'autonomie grandit en même temps que la confiance en soi. Et ce qui grandit en même temps que l'autonomie, c'est le temps pour vous. :-D

Le BOOSTER D'AUTONOMIE :

Voici un superbe outil qui a plusieurs objectifs :

- permettre à l'enfant de gagner en autonomie avec des missions précises (et réalisables),
- nous permettre de gagner du temps pour nous, en confiant certaines tâches à l'enfant,
- nous permettre à nous de valoriser les missions réussies de l'enfant,
- voir la progression au quotidien.

Voici les étapes pour réaliser le BOOSTER D'AUTONOMIE. Il s'agit d'un tableau que vous allez faire avec chacun de vos enfants :

1. Je définis 3 MISSIONS précises que l'enfant devra faire chaque jour, ainsi qu'1 SUPER MISSION par semaine. J'explique à mon enfant pourquoi ces missions, et comment on va faire.
2. Je fais un tableau :
 - La première colonne est pour noter les MISSIONS ainsi que la SUPER MISSION,
 - Ensuite je fais une colonne pour chaque jour de la semaine,
 - J'accroche le tableau sur le frigo (ou ailleurs, l'important étant que l'enfant puisse le visualiser et le remplir au fur et à mesure),
 - Je mets à disposition de l'enfant des gommettes rouges et vertes, ou des feutres (un rouge, un vert).
3. Chaque jour, l'enfant devra mettre une gommette verte s'il a réussi sa mission, ou une rouge s'il ne l'a pas réussie. Si on n'a pas de gommettes, on fait un point avec le feutre de la bonne couleur.
4. Et maintenant, pour que le BOOSTER D'AUTONOMIE fonctionne, il faut bien respecter les étapes qui suivent :
 - Je félicite l'enfant pour chaque point vert. Et je ne dis rien pour les points rouges.
 - Je ne fais jamais de menace au point rouge du genre « si tu ne fais pas ceci, tu auras un point rouge... ». L'idée c'est de booster l'autonomie par la valorisation, et non par la culpabilisation.
 - À la fin de la semaine, on fait le point : **s'il y a au moins 15 points verts, on récompense l'enfant.** La récompense n'est pas forcément matérielle, ça peut être une sortie, une balade, un jeu, une activité manuelle ou regarder un film de plus, etc.
 - **S'il y a trop de points rouges, on encourage l'enfant** en lui disant qu'il fera mieux la semaine prochaine, ou on lui montre qu'il a déjà progressé (entre la fin et le début de la semaine par exemple).

Le booster d'autonomie est un outil de valorisation comme je l'ai déjà dit, et il faut que l'enfant se sente en réussite pour qu'il ait envie de se donner les moyens d'y arriver.

Alors du coup, vous vous demandez sûrement quelles MISSIONS donner ? Tout dépendra de l'âge de l'enfant, de ses capacités et de vos attentes. Voici quelques exemples :

- Je fais mes devoirs après le goûter à 17h30,
- Je fais ma toilette tout de suite après le repas,
- Je range ma chambre avant d'aller dormir,

- Je mets la table sans râler,
- Je m'habille tout seul avant que le minuteur ait sonné (10 minutes par exemple),
- Je lis un chapitre par jour,
- Etc.

Les idées, je suis sûre, ne manqueront pas entre les tâches ménagères, le rangement, la toilettes et les apprentissages, ces différents domaines dans lesquels on souhaite que l'enfant gagne en autonomie pour gagner du temps. Mais il faudra vous contenter de 3 missions par jour et c'est tout. Sinon, ce sera trop dur pour votre enfant, il aura l'impression que c'est mission impossible. Une fois que ces missions deviennent des routines, vous pourrez en mettre 3 nouvelles.

Et concernant la SUPER MISSION, il faut que ce soit quelque chose que l'enfant ne fait qu'une fois par semaine, comme faire un repas, laver les vitres, ou pour des plus jeunes, ranger et balayer la chambre, changer la litière du chat, ou vider la poubelle... Ces SUPER MISSIONS pourront devenir des missions du quotidien dans quelques semaines ou quelques mois.

FICHE DE ROUTE JOUR 2

Voici un récapitulatif pour permettre à votre enfant de gagner en autonomie et à vous de gagner en HAPPY HOURS. C'est quelque chose de difficilement quantifiable sur le moment, mais qui sur la durée, vous fera gagner de nombreuses heures chaque semaine :

- 1. Quand l'enfant vous demande de faire seul, laissez-le essayer.**
- 2. Si besoin, prévoyez un temps de préparation plus long :** par exemple, si vous savez que votre enfant va vouloir mettre ses chaussures et sa veste tout seul avant de sortir, permettez-lui plusieurs fois dans la semaine de le faire, en anticipant et en lui disant de se préparer 15 minutes avant de sortir:-)
- 3. Profitez de sa période sensible de l'ordre :** Maria Montessori a mis en évidence qu'il y a des périodes sensibles chez l'enfant, dont une qui concerne l'ordre, entre 0 et 6 ans. Durant cette période, l'enfant est très sensible à l'ordre extérieur (pour construire son ordre intérieur) : ainsi, les objets doivent être à leur place (il peut les retrouver les yeux fermés), les routines doivent être respectées. C'est une période excellente pour donner l'habitude aux petits bouts de participer à cet ordre et de ranger les choses à leur place.
- 4. Réalisez un BOOSTER D'AUTONOMIE pour chacun de vos enfants** avec 3 missions quotidiennes et une super mission par semaine.

Bon courage et à demain pour la suite !

Je vous laisse avec ce proverbe chinois qui résume tout de l'importance de l'autonomie :

**« Si tu veux nourrir un homme un jour, donne-lui du poisson.
Si tu veux le nourrir tous les jours, apprends-lui à pêcher ».**