

par Julie Stanton (madame.ca)



Photo Canal Vie

## OÙ EST PASSÉE L'AUTORITÉ PARENTALE?

**Madame a rencontré, Dre Nadia, celle qui aide les parents à résoudre les problèmes de comportement de leurs jeunes enfants.**

*Nadia Gagnier, la bonne fée de l'émission Dre Nadia, psychologue à domicile, à Canal Vie, nous livre ses réflexions sur l'autorité parentale.*

**Madame.** Pourquoi de plus en plus de parents semblent-ils incapables de se faire obéir de leurs enfants? Parfois hauts comme trois pommes, ceux-ci les mènent par le bout du nez.

**Nadia Gagnier.** Beaucoup de parents, trop pris par leur travail, cultivent un fort sentiment de culpabilité face à leur manque de disponibilité, ce qui les porte à satisfaire les caprices de leurs enfants. Lorsqu'ils ont une petite plage de liberté, ils n'osent pas gâcher ce moment précieux en les réprimandant s'ils se comportent mal. Or, éduquer un enfant demande énormément d'observation, d'écoute et de patience. Il faut donc prendre le temps, car le temps permet de mieux connaître l'enfant et, aussi, d'avoir le recul nécessaire pour faire la bonne intervention.

Malheureusement, les parents ne sont presque plus en contact régulier avec leurs enfants. L'éducatrice, la gardienne ou les grands-parents les connaissent parfois davantage! Par ailleurs, en plus d'être déchirés entre leur rôle de parents et celui de travailleurs, les gens sont submergés par les exigences de la vie actuelle. Beaucoup d'entre eux sont axés sur la performance. La leur et celle de leurs enfants. Les agendas sont superchargés. Il ne reste plus d'espace pour le plaisir. Stressés, les parents stressent leurs rejetons avec la course aux repas, aux devoirs, au dodo. D'où la difficulté d'entrer vraiment en relation. L'enfant est alors perçu comme une tâche. Lorsqu'ils se montrent le moins sévères, plusieurs parents se sentent coupables également de reproduire une attitude qui les a fait souffrir chez leurs propres géniteurs. Au lieu de s'affirmer comme une figure d'autorité, ils cherchent à devenir l'ami de leurs enfants.

**Madame.** Ce qui n'est pas une bonne chose?

**N.G.** Absolument pas. Il ne faut être ni l'ami ni le patron de son enfant. Lorsqu'on lui dit qu'on est «le boss», on s'éloigne de la nature même du parent, c'est-à-dire celui qui encadre l'enfant avec amour et affection. Bien sûr, il faut être capable de se mettre au niveau de l'enfant. Jouer avec lui est même nécessaire. Mais essayons de garder un juste milieu en lui offrant un encadrement qui rend nos attentes claires, ce qui le sécurise. L'autorité parentale n'est pas là pour l'écraser. C'est une autorité bienveillante qui le guide jusqu'au jour où il pourra se fixer lui-même des limites, idéalement à l'adolescence.

**Madame.** D'après votre expérience, estimez-vous que les pères participent de plus en plus à l'éducation de leurs enfants?

**N.G.** En effet. Les mentalités évoluent. Bizarrement, cependant, alors que la plupart des femmes apprécient le soutien du père, beaucoup éprouvent de la difficulté à lui laisser de la place dans l'exercice de l'autorité parentale. Probablement parce qu'elles ont surtout vu leur mère tenir les rênes. Une chose est certaine, les parents auraient intérêt à se mettre d'accord sur certains principes. Ainsi, ils devraient établir conjointement les règles de la maison et s'y tenir. Sans avoir nécessairement la même vision dans tout, leurs attentes doivent aller dans le même sens et leurs approches être complémentaires plutôt que contradictoires. Dans un

couple, il arrive que l'un soit plus autoritaire que l'autre. C'est normal. L'important, c'est que l'enfant sache que ça ne donne rien d'aller voir le deuxième si le premier a dit non!

**Madame. Selon vous, les parents d'aujourd'hui manquent-ils de références?**

**N.G.** Au contraire, je pense qu'ils en ont trop! Autrefois, les familles comptaient plus d'enfants que d'adultes. Maintenant, à cause des familles reconstituées, il n'est pas rare qu'un enfant se retrouve avec quatre parents et huit grands-parents! Donc, un grand nombre de types d'autorité qui prônent souvent des comportements différents. Une telle situation risque d'être perturbante pour certains. Et puis, autant par les livres que par les médias et Internet, les parents ont accès à une foule incroyable d'informations sur l'éducation. Et il y a de quoi s'y perdre, puisque les auteurs privilégient des opinions et des approches souvent diamétralement opposées.

**Madame. En regardant Dre Nadia, psychologue à domicile, on assiste régulièrement à de véritables crises chez les enfants. Les parents sont complètement dépassés. Inquiétant, ne trouvez-vous pas?**

**N.G.** Je dirais que c'est un symptôme de leur lassitude. Le stress de leur enfant amplifie le leur. Ils n'arrivent pas à assumer la crise. Comme si celle-ci était une catastrophe! Ils sont convaincus que leur rejeton est en grande souffrance et ils ne peuvent le supporter. Bien sûr, ce n'est agréable pour personne. Mais mieux vaut tolérer la crise jusqu'au bout plutôt que d'acheter une paix temporaire. En succombant aux caprices de l'enfant, souvent tyrannique, les parents le récompensent et se récompensent eux-mêmes. Ils évitent les larmes et les cris. Ce qui règle le problème, mais à court terme seulement. L'enfant décode qu'il a seulement à tempêter pour obtenir ce qu'il veut. Il faut faire attention cependant que la crise ne soit pas le reflet d'une panique à la suite, par exemple, d'une situation inusitée vécue à la garderie. L'enfant peut avoir été marqué aussi par un événement récent, comme un deuil ou la mort de son chien, qu'il n'arrive pas à verbaliser. Dans ces cas, la démarche pour contrer la crise est différente.

**Madame. Ce n'est pas évident pour les parents de déceler cela...**

**N.G.** Je vous l'accorde. C'est difficile de bien voir lorsqu'on a le nez collé sur le problème. Moi, ce qui m'aide beaucoup à aider les autres, c'est mon recul par rapport à la situation. Pour que les parents soient en mesure d'avoir eux-mêmes une certaine distance face à leurs agissements, je leur suggère souvent d'installer une petite caméra discrète à la maison et d'essayer de capter des images au moment des crises. Cette méthode, très révélatrice, leur permettra de s'observer et de porter un regard critique sur leurs interventions, de sorte qu'ils pourront les modifier s'ils le jugent opportun. On ne doit pas hésiter, non plus, à demander à des proches à qui l'on fait confiance et dont le jugement nous importe, et qui connaissent bien notre enfant, de nous aider à évaluer nos façons d'agir pour régler les crises. En bout de piste, on peut faire appel à des services de coaching parental. Il existe différentes approches. Certains psychologues utilisent le jeu avec l'enfant qu'ils rencontrent environ une heure par semaine. D'autres, comme moi, préfèrent travailler avec les parents qui deviennent alors un peu comme des cothérapeutes.

**Madame. Les CLSC et les hôpitaux offrent-ils ce genre de service?**

**N.G.** Oui, mais ils ont de longues listes d'attente. Le privé, lui, est cher. Heureusement, il y a d'autres ressources. Les centres de stages des différentes universités ayant un département de psychologie offrent souvent de meilleurs services qu'ailleurs. On y rencontre de jeunes professionnels, femmes et hommes, qui ont la passion du métier. En plus, ils sont à la fine pointe des dernières connaissances en psychologie. Et ce qui est intéressant, c'est que le prix de la consultation est fixé en fonction du revenu familial.

**Madame.** Auriez-vous un dernier conseil à donner pour aider les parents à mieux exercer leur autorité?

**N.G.** Il m'arrive de dire à la blague : durant l'enfance, les parents doivent quasiment agir comme des dictateurs pour que, à l'adolescence, ils puissent intervenir le plus démocratiquement possible et considérer l'opinion de leurs enfants avec respect.

Spécialisée dans les troubles de l'anxiété, Nadia Gagnier exerce sa profession en clinique privée auprès des enfants, des adolescents et des adultes. En plus d'être appelée à faire des expertises en cour pour la DPJ, ou en matière de garde légale d'enfants, elle est chargée de cours à l'Université du Québec à Montréal en tant que superviseuse de stages. Enfin, elle est régulièrement sollicitée pour donner des conférences sur l'éducation.

**Source :** <http://www.madame.ca>