

Quelques conseils pour ...

désamorcer la haine chez l'enfant



- Rappelez-vous qu'accompagner l'enfant dans son développement émotionnel requiert du temps et de la patience.



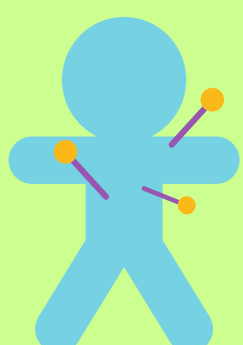
- Ecoutez en silence l'enfant qui exprime son émotion, à travers des pleurs ou des paroles acerbes. Il est noyé dans son ressenti et n'est pas encore en mesure de (se) raisonner.



- Donnez-lui l'autorisation de vivre cette colère intense en lui disant : "Je vois que tu es très fâché, tu en as le droit." Il va probablement abonder vivement dans votre sens avant de revenir à plus de calme.



- Ramenez-le systématiquement à un cadre éthique quand il dit sa haine de celui qui l'a fait souffrir. Par exemple : Quand l'enfant dit "Ma soeur est méchante, je la déteste", répondez "Tu as le droit d'être fâché, tu n'es pas obligé d'aimer ta soeur mais par contre, elle doit être respectée en tant qu'être humain et tu n'as pas le droit de lui faire du mal pour te venger".



- Expliquez simplement l'escalade de la vengeance qui a toujours des conséquences négatives et provoque de la souffrance pour l'émetteur comme pour le récepteur. Etre en colère est légitime mais mettre en place des actions pour blesser la personne que l'on n'aime pas, ce n'est pas OK.



- Si son âge et sa maturité le permettent, faites référence aux conflits existants dans le monde pour illustrer les effets toxiques de la haine et de la vengeance.



- Profitez de la situation pour expliquer le pouvoir du moment présent. Le passé ne peut plus être changé et rien ne sert de ruminer. Le futur n'existe pas encore et rien ne sert d'échafauder des scénarios négatifs.



- Aidez l'enfant à identifier son besoin et à trouver par lui-même le moyen de le satisfaire. Par exemple : "Je voudrais que ma soeur ne dévoile pas mes secrets à nos copines. Je vais lui dire clairement ce qui me convient et ce qui ne me convient pas".



- Félicitez l'enfant quand il revient au calme et décide de ne pas céder à l'envie de faire souffrir en retour.