

## Éduquer globalement pour rendre un enfant épanoui et capable de s'intégrer dans la société

Beaucoup de parents attentionnés et qui souhaitent avoir un enfant « parfait » oublient certaines facettes de l'être humain et ne pensent qu'à développer « l'intelligence » et la culture de leur enfant.

D'après moi, voici ce qu'un enfant, un être humain doit développer pour être épanoui, et s'intégrer dans la vie sociale et professionnelle. Vous trouverez aussi quelques pistes pour y arriver.

### **COEUR QUI OSE** parler, s'engager, s'exprimer, se tromper.

- 1) Théâtre - musique
- 2) Apprendre à accepter ses défauts (sans peur de la moquerie)
- 3) Susciter la prise de parole, la prise d'initiatives

### **COEUR ALTRUISTE** qui aide et qui partage avec plaisir, qui aime et est aimé (amitié)

- 1) Montrer l'exemple (et lui faire prendre conscience)
- 2) Remercier les aides. Découvrir le plaisir d'aider.
- 3) Favoriser les activités collectives (scoutisme, sport d'équipe, partage avec ses frères et soeurs)
- 4) Aimer et câliner ses enfants

### **COEUR QUI RESPECTE** les autres et son environnement

- 1) Éduquer au triage des déchets et au triage de la consommation
- 2) Établir des règles justes et les faire respecter.

### **COEUR CALME** relâché, patient, serein

- 1) Éviter de stresser régulièrement l'enfant par la compétition ou par le temps
- 2) Montrer l'exemple

### **CORPS QUI SAIT TRAVAILLER** physiquement

- 1) Proposer des jeux d'extérieur
- 2) Empêcher l'utilisation régulière des jeux vidéos et de la télévision.
- 3) Travailler avec son enfant autour de la maison (rendre les tâches agréables)

### **CORPS SAIN** en bonne santé

- 1) Prévenir les dangers du tabac, de la drogue et l'alcool
- 2) Nourrir de manière variée et équilibrée
- 3) Éduquer à l'hygiène des dents et du corps

### **TÊTE LOGIQUE** qui trouve des solutions aux problèmes

- 1) Laisser chercher sans donner les réponses
- 2) Expliquer le comment et le pourquoi des choses qui nous entourent
- 3) Proposer très tôt des jeux de réflexion et de société (échecs, ordinateur,...)

### **TÊTE CURIEUSE** qui aime apprendre et connaître, qui se pose des questions

- 1) Montrer et expliquer la beauté de notre environnement
- 2) Ne pas décourager la curiosité naturelle des enfants par des remarques comme « Laisse-moi tranquille ! Arrête de me poser toujours des questions ! Ça ne sert à rien, ce n'est pas important ! C'est ainsi et puis c'est tout ! »

### **TÊTE CRÉATIVE** qui invente et imagine

- 1) Laisser son enfant s'ennuyer et rêver. Ne pas vouloir toujours l'occuper et trouver des activités à sa place. C'est dans l'ennui que naissent les idées.
- 2) Laisser son enfant inventer les règles de ses jeux (sans les lui imposer).
- 3) Proposer des jeux créatifs (lego, dessin, constructions, poupées,...)

### **TÊTE CHERCHEUSE** qui se débrouille, qui cherche des solutions

- 1) Laisser chercher sans donner les réponses.
- 2) Découvrir le plaisir de trouver, de réussir.

# Éduquer globalement pour être épanoui

### **CORPS QUI BOUGE**, qui se dépense

- 1) Inciter à la pratique régulière d'un sport
- 2) Acheter des jeux d'extérieur (go-kart, trottinette, vélo, ballon,...)
- 3) Éviter la télévision et les jeux vidéos

### **CORPS COORDONNÉ** qui déplace ses mains, ses bras, ses doigts, ses jambes,... de manière adaptée (psychomotricité)

- 1) Laisser jouer (au ballon, à l'habillage d'une poupée,...),
- 2) Pratiquer un sport régulièrement (très tôt).