

POUR PARENTS IMPARFAITS SEULEMENT...



Parler de discipline et d'encadrement des enfants, c'est identifier un des nombreux rôles que nous pouvons jouer dans notre vie. Avant de se remettre en question ou de se sentir coupable, il est important de ne pas perdre de vue l'ensemble de notre vie. L'image, qui me vient pour bien situer la problématique, est celle d'un coureur des bois qui doit entretenir plusieurs feux de camp.

Quand j'étais enfant, mes parents m'ont souvent dit qu'il fallait que j'apprenne à me prendre en main. Devenir autonome, faire mon ménage et mes devoirs, voilà autant d'exemples pour exprimer ma première mission : apprendre à prendre soin de soi. C'est le premier feu que mon coureur des bois a dû allumer et entretenir du mieux qu'il pouvait.



En plus d'être une personne à part entière, un jour nous sommes devenus amoureux... l'aventure de la vie de couple! Les nouveaux apprentissages qu'il nous a fallu faire : négocier, faire des compromis, exprimer ses sentiments, etc. Voilà un second mandat et un deuxième feu à entretenir : apprendre à prendre soin de notre couple. Parfois, investir du temps dans son couple, c'est aussi prendre soin de soi. Cependant, il est illusoire de croire que le couple pourra répondre à tous mes besoins comme personne. Pour être heureux, il me faut ainsi arriver à entretenir de façon équilibrée mes deux feux de camp.

Si vous vous intéressez au thème de la discipline, c'est probablement parce que votre dernier feu a fait des étincelles... Vous êtes devenus maman ou papa et régulièrement les enfants vous rappellent votre troisième feu de camp, votre rôle parental : nourrir, laver, aimer, guider, contrôler, aider à faire devoirs et leçons, composer avec les amis de nos enfants, etc.

À ces trois feux, on pourrait aussi ajouter ceux du travail à l'extérieur et des corvées ménagères. Être bien dans sa peau, c'est savoir investir régulièrement du temps ou du bois sur chacun de ses feux. Même si l'on sait que l'important c'est l'équilibre, il arrive cependant dans une vie que ce dernier soit brisé. Quand notre coureur des bois allume un nouveau feu, il lui arrive d'oublier ou de négliger les autres. C'est alors dans notre vie qu'apparaissent les symptômes de stress ou d'épuisement. Prendre soin de soi et de sa relation de couple est tout aussi important que de s'occuper des enfants. Même si nous ne sommes pas parfaits comme parents, ceux-ci seront toujours gagnants dans l'équilibre que nous tenterons de garder entre nos différents feux de camp.