

« *Coaching Parental : Parents + Conscients, Parents Bienveillants* » de Clémentine Prouteau et Vincent Fannoy

Préface

Il y a des tas d'écoles pour devenir médecin, kinésithérapeute ou mécanicien. Mais aucune école ne nous apprend à devenir parent. C'est un comble ! Alors qu'un des piliers les plus importants pour l'épanouissement de notre enfant devrait être celui-là !

Je suis papa d'une fille au doux prénom de Shana Luna, et moi aussi j'ai commis des erreurs dans l'accompagnement de mon enfant. L'école de la vie ne nous apprend pas à les éviter. Pourtant, en les vivant nous apprenons de ces expériences. Finalement, la seule véritable erreur est de recommencer la même erreur ... C'est aussi simple que cela.

Quel dommage que ce livre ne soit pas tombé entre mes mains il y a une quinzaine d'années ; il m'aurait aidé à mieux construire ma relation avec elle. Ce que j'ai finalement réussi à faire en plusieurs années, ce livre m'aurait permis de le faire en quelques mois.

En tant que parents nous devons assumer plusieurs rôles : celui de jongleur, d'équilibriste, de guide, de passeur d'émotion, de douanier, de jardinier, d'éleveur d'âme, de défricheur, j'en passe et des meilleurs. Comment arriver à endosser toutes ces personnalités sans se tromper de costume et de moment? Nous avons tendance à oublier que notre réalité est juste une interprétation, mais en aucun cas elle est LA réalité ! Nous possédons tous des filtres (psychologique, culturel, éducationnel, etc.) qui la dénaturent et la transforment. Nous avons tendance à oublier que la nôtre est parfois très éloignée de celle de notre enfant. Souvenons-nous qu'il n'est pas une continuité de notre vie. Il ne nous appartient pas. Il a le droit d'être différent de nous ou de l'idéal que nous imaginions pour elle ou pour lui. L'éducation que nous avons héritée de nos parents est obsolète. Nous devons apprendre à désapprendre. Nous devons nous adapter au moment présent. La société a changé, ses limites se sont agrandies et ses libertés également.

Clémentine et Vincent nous proposent de changer de perspective, de prendre du recul, de percevoir la réalité sous un nouveau prisme. Ils nous suggèrent de définir les cadres, de répartir les tâches, de laisser à nos enfants le soin de découvrir le monde qui les entoure, de les rendre responsables sans les enfermer, de mieux dialoguer, de mieux partager, de mieux s'harmoniser avec eux et de mieux les comprendre.

Ce livre a quelque chose de magique : il est interactif. Grâce à lui, nous allons nous transformer en réalisateur afin de mieux diriger l'acteur principal du film de notre enfant (ou les acteurs principaux si notre galerie de personnages est plus grande).

Les exercices qu'il contient ne sont pas anodins. Ils nous permettront de remonter le temps afin de mieux comprendre notre présent et de guider notre progéniture vers un futur plus agréable. Une jolie manière de les élever et non de les éduquer.

Cet ouvrage est également rassurant puisqu'il nous montre que nous avons le droit d'être imparfait. En tant que parents nous sommes en quelque sorte le miroir de nos enfants. Si nous ne respectons pas les règles devant eux, comment pourraient-ils les respecter eux-mêmes ? Si par exemple, un ami nous appelle à l'improviste et que nous lui disions : « *Oh, désolé, je ne peux pas venir te rejoindre ce soir, je suis en plein boulot* », alors que nous sommes devant notre téléviseur avec un verre à la main, nous leur enseignons l'art du mensonge ! Prenons conscience du pouvoir de nos mots et de nos actions !

Si comme moi vous désirez apprendre l'écoute active, le partage du précieux présent, l'estime de soi, le pouvoir des mots, la théorie des petits pas, l'authenticité, le pouvoir de l'intention, l'empathie, l'autonomie, la bienveillance, alors je sais que vous allez lire et relire ce livre. Il vous suivra d'année en année et se transformera au gré de vos nombreuses lectures selon votre maturité du moment.

Encore une petite suggestion : utilisez les cartes à émotions évoquées dans ce livre. Elles sont un magnifique outil pour permettre à l'enfant qui a encore du mal à s'exprimer de montrer quelle émotion l'affecte. Une image peut alors être plus forte et plus simple qu'un discours !

Au fil de votre lecture vous vous rendrez compte qu'il suffit parfois d'une seule clé pour ouvrir la porte de l'épanouissement parental. Ici les deux auteurs vous offrent avec générosité tout un trousseau ! Et comme le souligne Clémentine et Vincent : « La curiosité n'est pas qu'un vilain défaut, c'est un déclencheur ! ». Soyez curieux des pages que contient ce livre, elles déclencheront en vous une multitude d'émotions pour faire du bien à vos enfants et, par la même occasion, vous faire du bien !

Carlos Vaquera

Carlos Vaquera est un chercheur d'émotions. Tour à tour mentaliste, créateur d'illusions, comédien, auteur, formateur, conférencier et artiste martial, il vit actuellement entre Madrid et Bruxelles.

*Son dixième livre « **L'émotion magique** » vient de paraître aux éditions Acrodacrolivres.*
