

# Participation des enfants aux tâches familiales

25 octobre 2016



Dès son tout jeune âge, l'enfant peut rendre de petits services et exécuter des tâches simples. Il suffit de l'encourager et d'y aller selon ses capacités!

L'enfant apprend que pour vivre en société, chacun doit collaborer. De nombreux parents assument toutes les tâches soit parce que cela va plus vite, parce qu'ils veulent éviter les conflits ou parce qu'ils excusent leurs enfants : l'enfant a eu une grosse journée, il est trop petit... Comment apprendront-ils que tout ne se fait pas par magie et que pour que chacun s'épanouisse dans un groupe, les tâches autant que les plaisirs **doivent être partagées**?

### Quand commencer à faire participer les enfants à ces tâches?

Rappelez-vous le petit de trois ans à qui ont dit « *T'es pas capable, t'es trop petit* » vous dira à treize ans lorsque vous lui demanderez de tondre la pelouse « *Je ne suis pas capable, je suis trop petit.* » Les enfants devraient assumer leurs tâches personnelles, telles, ranger leur chambre, faire leur lit, mettre leur linge sale dans le panier à linge, placer leur vaisselle au lave-vaisselle. De plus, ils devraient assumer une petite tâche quotidienne pour le bien de toute la famille, telle que dresser le couvert, desservir, préparer une salade... selon leur stade de développement et leurs compétences. Ils devraient également assumer une tâche hebdomadaire, soit au niveau du ménage, des ordures...

### Quelques-unes des tâches que peut effectuer un enfant de...

#### 2-3 ans

- Brosser ses dents avec un peu d'aide

- Ouvrir le robinet, et faire couler un verre d'eau
- Mettre ses couches sales dans la poubelle
- Mettre les cuillères sales dans le lave-vaisselle
- Mettre les vêtements mouillés dans la sècheuse
- Apporter des choses sur la table aux repas
- Laver ses mains et les essuyer
- Déposer son linge sale dans le panier
- Ramasser ses jouets avec un peu d'aide
- S'habiller avec un peu d'aide

#### 4 à 5 ans

- Sortir ses jouets du bain et retirer le bouchon
- S'habiller seul
- Apporter les assiettes et ustensiles à la table
- Mettre ses vêtements dans le panier à linge
- Sortir les ustensiles du lave-vaisselle, les ranger
- Ramasser et ranger ses jouets

#### 6 ans

- Passer un linge humide sur la table après le repas
- Mettre son assiette et son verre sale dans le lave-vaisselle
- Se laver les cheveux sous la supervision d'un adulte
- Signer lui-même ses cartes de souhaits et de remerciement
- Nous aider à faire l'épicerie en mettant lui-même certains articles dans le panier et en portant un sac léger
- Nous aider à sortir les sacs d'épicerie de la voiture

#### 7 à 9 ans

- Laver le lavabo et la baignoire
- Débarrasser la pelouse des mauvaises herbes
- Chercher les mots dans le dictionnaire
- Se laver les cheveux
- Se faire un sandwich et préparer sa boîte à lunch
- Épousseter le salon
- Rédiger et poster ses invitations d'anniversaire
- Desservir et nettoyer la table
- Ramasser sa chambre et faire son lit
- Balayer le plancher
- Laver la voiture
- Préparer son déjeuner
- Remplir et vider le lave-vaisselle
- Plier et ranger les vêtements propres
- Aider à la préparation des repas
- Sortir les ordures
- Commencer à gérer son argent de poche sous la supervision d'un adulte
- Préparer ses vêtements et son sac d'école pour le lendemain



# Participation des enfants aux tâches familiales

25 octobre 2016

## 10 à 12 ans

- Tondre le gazon
- Passer l'aspirateur
- Préparer des repas simples
- Utiliser la laveuse et la sécheuse
- Comparer les prix à l'épicerie et calculer le montant à l'aide d'une calculatrice

Comment les inciter à collaborer aux tâches ménagères?

### Être d'abord un modèle

Lorsqu'un parent fait le ménage en disputant, les enfants constatent qu'il n'y a rien d'amusant là-dedans. Si vous faites le ménage en chantant, en dansant sur la musique, il y a plus de chances que vos enfants veuillent collaborer. Quand il y a du plaisir, c'est plus attirant et motivant. Plutôt que dire « *Je suis écoeurée de tout faire toute seule ici* », dites-leur vos limites et vos besoins. « *J'ai besoin que chacun fasse sa part pour le rangement, les repas, le ménage... Je suis découragée, j'ai besoin d'aide... J'ai tout comme vous besoin de repos et de loisirs.* »

Vous pouvez mettre sur papier toutes les tâches, puis demander « *Qu'êtes-vous prêts à faire?* » Si cela est possible, permettez-leur de choisir la tâche qu'ils préfèrent assumer ou tirer au sort.

**Clarifier le moment** où les tâches doivent être effectuées.

Convenez ensemble des **conséquences** qui découlent d'un manquement à ce contrat.

Et surtout **encouragez-les** à les exécuter. On n'allume pas la télé en se levant, mais une fois que la routine du matin est terminée. On fait le ménage avant d'aller au cinéma en famille. On range sa chambre le samedi avant d'aller jouer avec les amis... La règle des grands-mères « Les tâches d'abord, le plaisir ensuite. » peut s'appliquer.

Une **période de jeu** ou d'activités en famille peut motiver vos enfants.

### Exemple

Carole et Martin ont décidé que chaque enfant aurait à effectuer en plus de ses tâches personnelles, une tâche quotidienne et hebdomadaire pour la famille. Quelques jours après qu'ils aient réparti les tâches familiales, Julie âgée de six ans ne cessait de remercier ses parents de lui avoir confié ces tâches. Elle disait qu'elle était tellement fière d'elle. Ils n'en revenaient pas et affirmaient qu'ils avaient le sentiment d'avoir offert le plus beau cadeau qui soit à leur fille.

Tous les enfants ne réagissent pas ainsi. Plus nous commençons tôt et plus il est facile d'obtenir leur collaboration. De plus, lorsque les enfants sont responsables de quelques tâches avant d'entrer à l'école, il leur est plus facile d'accepter d'assumer leurs tâches scolaires. Ceux qui résistent ne savent pas encore quel cadeau extraordinaire vous êtes en train de leur offrir. Le message sous-jacent aux tâches confiées est celui-ci « *Je t'aime suffisamment pour t'apprendre à te passer de moi, pour te vouloir autonome. Je te fais confiance, je te sais capable d'exécuter cette*



*tâche et de bien l'exécuter.* » L'amour et la confiance donnent des ailes et là est notre but premier : leur apprendre à se passer de nous.



### Brigitte Racine

Infirmière, psychothérapeute et auteure

Brigitte Racine est infirmière, thérapeute familiale, diplômée de l'Université Laval, du Centre de relation d'aide de Montréal et de l'Institut William Glasser de Californie. Elle offre des conférences, formations, ateliers et consultations individuelles. Pour connaître la liste de ses prochaines conférences ou pour visionner des extraits de son DVD « La discipline...un jeu d'enfants », visitez son **site internet**. Ses deux DVD - La discipline...un jeu d'enfants Quand discipline rime avec estime - sont disponibles en librairie au coût de 49,99 \$ chacun. **[email protected]**, 514.392.4755. La discipline, un jeu d'enfant Brigitte Racine Éditions CHU Ste-Justine, 2008 ISBN : 9782896191192 14,95 \$