

Comment réagir quand votre enfant a honte de sa famille ?

Votre enfant se crée des représentations du monde qui l'entoure. Pour cela il se base sur ce qu'il voit et entend chez lui et autour de lui. Parfois la représentation qu'il a de ses parents ne correspond pas à celle qu'il se fait « des parents » à partir de ce qu'il perçoit auprès ses camarades. Il peut alors ressentir un sentiment de différence, voire de honte.

Que faire si votre enfant a honte de vous ?

La mise en discussion de ses modèles.

Avant de vous lancer dans cette discussion, il faut vous assurer de LA condition préalable suivante : Que vous n'ayez vous-même pas honte de vous. Si vous pouvez expliquer à votre enfant les choix que vous avez fait, lui montrer les valeurs qui y vous ont conduit, les fiertés et les avantages, qui en découlent, votre enfant pourra faire de ces différences sa force.

Exemple : Votre enfant a honte car vous gagnez moins d'argent que les autres parents de l'école. Vous pouvez expliquer que vous avez choisi une autre valeur que l'argent pour conduire votre vie. Vous avez privilégié une passion, ou l'utilité sociale, ou la famille, le temps libre, les voyages, l'autonomie ...

N'hésitez pas à montrer les avantages qui découlent du choix de vos valeurs.

La compensation :

Rien à faire, votre situation professionnelle, ou votre apparence, ou vos idées, ou vos aptitudes, ne sont pas « à la hauteur » pour votre enfant malgré que vous ayez expliqué vos choix. Vous pouvez alors proposer une compensation : je ne suis pas aussi beau/fort/habile que le père de Martin, mais j'ai plus d'imagination/je cuisine mieux/je souris plus...

En quoi êtes-vous un super-héros ?

Plus que de consoler l'enfant, il s'agit aussi de lui permettre de décaler son regard, d'apprendre à porter un regard positif sur la vie : apprécier ce dont on dispose plutôt que de se lamenter sur ce que l'on n'a pas.

L'héritage et le cheminement :

Une autre possibilité est d'expliquer d'où vous venez. De montrer le chemin parcouru et le chemin encore à parcourir. Cela lui permettra de sa place et se sentir légitime d'être où il est, parmi des gens « différents » de lui.

Exemple : Votre enfant a honte de votre apparence car vous êtes gros. Vous pouvez expliquer comment les personnes en surpoids ont le droit de se montrer autant que les personnes fines. Parlez-lui la façon dont les normes sont fixées et des combats que mènent les gens différents. Pourquoi devriez-vous vous soumettre aux critères des autres, la lutte, la résistance sont aussi

des valeurs. Expliquez peut-être pourquoi aujourd'hui vous êtes comme vous êtes, ce que vous aimeriez...

En quoi est-il personnellement concerné :

Questionnez pour comprendre quelles sont les sources profondes de sa souffrance. Vous pourrez alors soit tenter d'y remédier, soit exposer les contradictions.

Exemple : Vous êtes plus grossier que les autres parents, en quoi cela le met-il mal à l'aise ? En quoi dire des gros-mots est-il mal ? Qui est dérangé par ces mots, lui ? Pourquoi l'avis des autres lui importe ? Quelles conséquences votre attitude a-t-elle pour lui ?

Conclusion :

Si vous ne partagez pas la honte de votre enfant, c'est que les valeurs qui dirigent votre vie ne sont pas celles qu'il est en train d'adopter : Elargissez la perception de votre enfant à d'autres systèmes de pensées. Par contre si vous êtes d'accord avec lui, vous pouvez seulement l'écouter, lui expliquer la situation et l'assurer que vous faites au mieux.