20872 - Développer la confiance en soi chez la petite fille

question

Ma mère me traitait si mal que j'ai perdu confiance en moi-même et suis devenue hésitante et affaiblie. Je ne maitrisais plus rien et ne savais plus prendre une décision. Je me suis mariée et Dieu m'a donné une fille. Je voudrais bien lui éviter ma douloureuse expérience..Qu'est-ce que vous me conseillez?

la réponse favorite

Louange à Allah.

Dès l’âge de deux ans, la fillette commence à développer ses orientations vers le monde qui l'entoure. Certains psychologues du développement pensent que le sentiment de confiance en soi est le premier de ces attitudes.

L'intensité de ce sentiment durant la deuxième année dépend du traitement qu'elle reçoit et de l'attitude des parents face à la satisfaction de ses besoins fondamentaux. Les signes de la croissance de la fillette dans cette étape se traduisent clairement dans sa tendance à l’indépendance. Elle a besoin de liberté pour parler, marcher et jouer, choses qui sont toutes liées à l'affirmation de soi qui ne se réalise que par l'autonomie qui lui est accordée. Voilà ce que confirme la théorie du développement par la maturation qui prône le respect de l'individualité de l'enfant et la nécessité de le laisser grandir naturellement.

Certaines filles grandissent sans nourrir la confiance en elles-mêmes et ne comptent jamais sur elles-mêmes en quoi que ce soit. Elles ne prennent presque jamais d’initiative et attendent toujours qu'on leur dise : faites ceci ou cela. Quand elles se heurtent à un problème, elles s'arrêtent et ne savent pas prendre de décision. Elles peuvent même fuir la confrontation ou pleurer. Ceci est un aspect de l'influence parentale négative qu'elles ont subie. Cette situation

peut résulter de plusieurs facteurs parmi lesquels :

- L’abus d’ordres et d’interdictions pour n’importe quel sujet, même pour les petites choses qui ne le méritent pas. Cela détruit la créativité chez la fillette et la pousse à ne pas être sûre de ce qu'elle fait et à attendre toujours que quelqu'un vienne la corriger et lui donne la certitude qu'elle a vraiment bien agi.

- La critiquer et la blâmer pour tout ce qu'elle fait, traquer ses erreurs et la réprimander. Il se peut que la fillette fait un effort mais se trompe, et reçoit alors des reproches et des blâmes plus qu’elle ne le mérite, alors qu'elle s'attendait à des éloges pour son effort. Cela détruit la motivation de la fillette à travailler, à rivaliser et à exceller.

- Priver la fillette de l'occasion de s'exprimer devant les autres, de peur qu'elle ne se trompe ou qu’elle aborde des questions impertinentes, ou lui permettre de parler mais en lui dictant ce qu'elle a à dire.

- Le fait de l'avertir souvent contre tout danger, ce qui la pousse à s'attendre toujours au mal et à penser que le danger la guette partout.

- L'humilier et la comparer défavorablement aux autres de manière à lui inspirer l'infériorité.

- User de l'ironie et du sarcasme avec elle.

- Ne pas s'intéresser aux questions qu'elle pose.

- La surprotection manifestée par une peur intense pour sa santé ou son avenir.

La fillette qui a perdu confiance en elle-même présente des signes négatifs, parmi lesquels on note :

1. Elle est incapable de faire quoi que ce soit toute seule. Si on lui demande d'apporter quelque chose et qu'elle la trouve différente de ce qui lui a été décrit, elle s'arrête. Si elle est confrontée à un problème, elle ne peut pas prendre une décision.

2. Elle souffre souvent de torpeur et de manque de créativité ;

3. Elle ressent de l’agacement et de la gêne chaque fois qu'une tâche lui est confiée, s'attendant à être réprimandée et certaine de ne pas pouvoir la réaliser correctement.

4. Elle est affligée d'une faiblesse de volonté et d'une détermination défaillante, d'une soumission et d'une passivité inappropriées, doublées de négligence et d’un manque d’organisation.

5. Elle souffre d'anxiété, de frustration, de tendances agressives, ou d’une inclination au repli sur soi et à la solitude.

Afin d’épargner à la fillette ces effets négatifs, ses parents doivent appliquer plusieurs méthodes pour développer sa confiance en elle-même. Voici quelques-unes de ces méthodes :

- On lui trace de grandes lignes qu’elle doit suivre. Les parents doivent lui apprendre ce qu'Allah, le Très-Haut, lui a permis pour qu'elle s'y conforme, et ce qu'Allah, le Très-Haut, lui a interdit pour qu'elle l'évite. Ils doivent lui apprendre les bonnes mœurs et les nobles règles de conduite, lui inculquer le mépris de tout ce qui est mauvais comme mœurs, actes et paroles, et l’habituer à s'éloigner des inutilités et des futilités avant de lui donner la liberté de créativité.

- La mère doit lui confier certaines tâches qu'elle est capable d’accomplir. Quand elle commet une erreur, elle doit l'encourager pour son initiative avant de lui expliquer comment elle devrait procéder. Parfois il suffit qu’elle l'encourager pour le travail qu’elle a fait, puis elle termine la tâche à sa place avec délicatesse sans la diriger directement. Si la tâche dépasse la capacité de la fillette, la mère la consulte à ce sujet et lui demande parfois de donner son avis sur certaines questions, tout en lui indiquant ce qui est bon de ce qui est mal, afin qu’elle comprenne que personne n’est infaillible, ce qui renforcera sa détermination.

- Les parents doivent veiller à encourager la fillette devant ses proches et ses amies, et lui décerner des récompenses adaptées à ses performances. Il faut lui faire des éloges pour sa pratique cultuelle telle son assiduité dans l’accomplissement de la prière, sa mémorisation du Coran, ainsi que ses bons résultats scolaires, ses bonnes mœurs, et ainsi de suite.

- Les parents doivent lui donner un surnom distinctif et lui éviter des sobriquets avilissants. Quand elle les met en colère, ils l'appellent par son prénom afin qu'elle comprenne qu'elle a commis une faute envers eux - ou l'un d'eux - ou envers quelqu'un d'autre et qu'elle prenne conscience de son acte.
- Renforcer sa volonté en l'habituant à deux choses :

a) Garder le secret : Quand elle apprend à garder les secrets et à ne pas les révéler, sa volonté se développera et se renforcera, ce qui accroîtra sa confiance en elle-même;
b) L'habituer au jeûne : Quand elle saura résister à la faim et à la soif à travers la pratique du jeûne, elle éprouvera le sentiment d'avoir triomphé sur soi-même. Par conséquent, sa volonté de faire face aux défis de la vie s'en trouvera fortifiée, ce qui augmentera sa confiance en elle-même.

- Renforcer sa confiance sociale en elle-même. Cela consiste à l'autoriser à s'occuper elle-même des affaires domestiques, d'exécuter les ordres de ses parents, de s'asseoir avec les adultes et de côtoyer les plus jeunes.

- Renforcer sa confiance scientifique et culturelle en elle-même. Cela se fait en lui apprenant le Coran et la Sunna du Messager d'Allah (Bénédiction et salut soient sur lui) et son importante biographie (*As-Sira*). Aussi grandira-elle porteuse d'un grand savoir dès sa tendre jeunesse, ce qui renforcera sa confiance scientifique en elle-même, car elle se saura munie des vérités de la science loin des mythes et des légendes.

Envers cela, les parents devaient prendre des mesures préventives et employer des méthodes curatives pour débarrasser la fillette de son complexe d'infériorité. Parmi les facteurs qui favorisent ce phénomène figure le dénigrement, l'humiliation, la moquerie comme le fait d'appeler la fillette avec des mots grossiers et des expressions laides devant ses frères et sœurs, ses proches et parfois devant ses copines ou devant des étrangers qu'elle n'a jamais rencontrés auparavant. Tout cela est de nature à l'amener à se considérer humiliée et méprisable, et engendre chez elle des complexes psychologiques qui la poussent à regarder les autres avec haine et rancœur, et à fuir la vie en se repliant sur elle-même.

Et même si les mots grossiers que les parents adressent à la fillette ne sont que dans un but disciplinaire ou correctif, que ce soit pour une grande ou petite faute qu'elle aurait commise, il est clair que cette approche n'est pas le moyen approprié pour remédier à la situation. Bien au contraire, l'emploi d'un tel moyen laisse des séquelles graves sur la psychologie de la fillette et sur son comportement personnel, et la transforme en une personne habituée à l'usage d'un langage injurieux et entaché d'insultes, et qui va la détruire psychologiquement et moralement.

Le meilleur remède à ce phénomène consiste à attirer l'attention de la fillette sur son erreur, chaque fois qu'elle commet une erreur, avec douceur et bienveillance en fournissant des preuves convaincantes qui lui permettent d'éviter de retomber dans l'erreur. Les parents ne doivent ni la réprimander, ni la blâmer devant les autres. Ils doivent adopter dès le départ une approche positive pour la corriger et la redresser, à l'image du Messager d'Allah (Bénédiction et salut d’Allah soient sur lui) dans la réforme, l'éducation et la correction des torts. Le monde des enfants est d'une sensibilité délicate, rapidement influençable, très émotif, peu perspicace et dépourvue d’ingéniosité. La construction de la confiance en soi chez une fillette constitue la pierre angulaire de la construction de sa personnalité à toutes les étapes de sa vie.

Et Allah, le Très-Haut, sait mieux.