

2. La petite fille aux spaghettis



2. La petite fille aux spaghettis

Pour aider l'enfant à développer la philosophie de prendre des petites bouchées dans les tâches qu'il entreprend ou dans les habiletés qu'il doit développer. En décomposant les objectifs visés en sous-étapes, chaque pas devient plus facile, le but à atteindre semble plus accessible et l'enfant s'y engage avec davantage d'enthousiasme.

1. Demander à l'enfant de décrire l'illustration à sa façon.

2. Exemples de questions pour mettre en évidence la métaphore à exploiter.

- ▶ Est-ce possible pour la petite fille d'avaler la plus grosse bouchée, en une seule fois ?

Typiquement, l'enfant répondra qu'elle aura de la difficulté à manger autant de nourriture. Elle pourrait s'étouffer, se salir, avoir les larmes aux yeux, ou encore, avoir envie de vomir.

- ▶ Que se passera-t-il si elle choisit la plus petite bouchée ?

L'enfant répondra que la petite fille se sentira bien, qu'elle pourra en reprendre si elle a encore faim, que la nourriture sera plus facile à avaler et qu'elle digérera beaucoup mieux.

3. Relier la métaphore à un problème auquel est confronté l'enfant.



Est-ce que, toi, tu prends des grosses ou des petites bouchées dans tes travaux scolaires ?

Amenez l'enfant à découvrir comment il pourrait prendre des petites bouchées de devoirs, par exemple en se concentrant sur une seule matière à la fois, ou en faisant une première partie de ses travaux dès maintenant et une autre plus tard, ou encore en prenant l'habitude de planifier à long terme pour éviter de se retrouver à la dernière minute dans l'obligation de prendre des grosses bouchées.

Si l'enfant se dit incapable d'apprendre une matière qui lui semble trop compliquée, demandez-lui ce que serait une petite bouchée dans ce cas précis, comme consacrer un temps déterminé, chaque jour, à réviser les exercices vus en classe.



Si l'enfant se juge sévèrement à chacune de ses erreurs, utilisez l'illustration pour l'amener à comprendre que la maîtrise de soi requiert temps et patience.

Pourquoi ne pas se servir de la métaphore pour suggérer à l'enfant que le développement de relations saines implique qu'on y apporte continuellement plusieurs petites attentions, comme d'accepter les jeux que l'autre propose, prêter ses propres jouets, faire des compliments, pardonner...



Si le ménage de sa chambre ou de la salle de jeux lui semble être une tâche insurmontable, demandez-lui de prendre des petites bouchées en divisant le travail par secteur, par type de jeux ou par espace de rangement.

Les désirs de l'enfant deviendront l'occasion de développer le sens de l'économie, alors qu'il apprendra à être fier de mettre de côté, petit à petit, la somme nécessaire.

Les projets à long terme paraîtront plus réalisables si l'enfant apprend à définir les phases préalables à leur concrétisation.