



TÂCHES MÉNAGÈRES POUR LES ENFANTS : CONSEILS ET STRATÉGIES ADAPTÉS À LEUR ÂGE

17 MAY, 2024 BY ARTICLES TRIPLE P

Parlons d'un sujet auquel la plupart des parents (et des personnes qui s'occupent d'enfants) peuvent s'identifier : les tâches ménagères.

La plupart rêvent que les enfants aident volontiers aux tâches ménagères à la maison, et peut-être même qu'ils en soient heureux.

Mais, ce n'est pas toujours le cas, et cela peut être frustrant lorsque vous trébuchez sur une pile d'objets qui n'ont pas été rangés, ou que vous devez rappeler sans cesse à vos enfants de ranger derrière eux.

Voici quelques idées réalistes pour encourager les enfants à coopérer dans les tâches ménagères ainsi que les avantages qui en découlent. Et, si vous souhaitez savoir quelles sont les tâches ménagères adaptées à l'âge des enfants, vous trouverez des idées pour chaque étape de leur développement.

QUELLE EST L'IMPORTANCE POUR LES ENFANTS DE FAIRE DES TÂCHES MÉNAGÈRES ?

Vous vous posez peut-être les questions suivantes : les tâches ménagères sont-elles bénéfiques pour les enfants ou seulement pour les parents ? Pourquoi les enfants devraient-ils faire des tâches ménagères ?

Cela ne fait aucun doute. Les enfants qui aident à balayer le sol, à laver la voiture ou à mettre la table peuvent alléger le fardeau des parents et les aider à se sentir plus calmes dans les périodes chargées. Mais, le plus important, c'est que les tâches ménagères peuvent aider les enfants à acquérir des compétences essentielles de vie.

Lorsque les enfants sont en bas âge, il peut sembler plus facile sur le moment de faire les choses à leur place. Cependant, il est important de les laisser faire les choses par eux-mêmes dès qu'ils sont prêts.

Les tâches ménagères adaptées à l'âge des enfants peuvent les aider à développer leur sens des responsabilités et à comprendre l'importance de la contribution de chaque membre de la famille au bon fonctionnement du foyer.

De plus, les tâches ménagères peuvent aider les enfants à acquérir des compétences en matière de gestion du temps, de persévérance et de résolution de problèmes. Cela peut leur être bénéfique à la fois dans leur famille et à [l'école](#).

Les tâches ménagères peuvent également enseigner aux enfants des compétences relationnelles, comme l'empathie. Lorsque les enfants aident, ils commencent souvent à remarquer que les gens autour d'eux ont parfois besoin d'aide, comme un frère ou une sœur, un grand-parent ou des voisins.

Lorsque les enfants accomplissent une tâche, cela peut leur donner un véritable sentiment d'indépendance et d'accomplissement qui, à son tour, [renforce leur confiance en eux](#).

COMMENT AMENER LES ENFANTS À FAIRE DES TÂCHES MÉNAGÈRES SANS LES HARCELER ?

Planifier à l'avance

Si vous êtes un parent en couple, mettez-vous d'accord avec votre partenaire sur ce que vous attendez avant d'avoir une discussion avec votre enfant. Réfléchissez aux tâches ménagères qui doivent être faites et à ce que votre enfant pourrait faire de façon autonome ou avec un peu d'aide.

Soyez réaliste sur ce qu'il est capable de faire et gardez à l'esprit qu'il lui faudra peut-être un peu de temps pour apprendre à faire la tâche.

Faire participer votre enfant

Pour les jeunes enfants, il peut être utile de les faire participer à de petites tâches pour les initier au concept d'aide. Par exemple, vous pouvez demander à votre tout-petit de ranger ses blocs dans le bac pendant que vous rangez le reste de la pièce.

À mesure que votre enfant grandisse, c'est une bonne idée d'avoir une discussion en famille sur les tâches ménagères simples à effectuer. S'il a des frères et sœurs, initiez-les tous aux tâches ménagères en même temps, car il peut être plus facile pour les enfants d'accepter de nouvelles responsabilités lorsqu'ils ne se sentent pas mis à l'écart.

D'autre part, au lieu de les appeler « tâches ménagères », vous pourriez parler de « contributions », de « coups de main » ou de « travaux à faire ».

Laissez votre enfant aider à décider des tâches qu'il peut assumer seul en tenant compte de son âge et de ses capacités. Plutôt que de prendre toutes les décisions vous-même, commencez à petite échelle et demandez à chaque membre de votre famille d'apporter ses idées.

Divisez les tâches en petits morceaux

Par exemple, si votre enfant est tout-petit, il peut trouver un peu difficile de mettre la table tout seul. Au lieu de cela, vous pourriez lui donner une plus petite « part » de responsabilité, comme disposer les couverts sur la table.

En grandissant, les enfants seront en mesure d'assumer des tâches plus complexes.

Le moment choisi peut être déterminant

Si vous demandez à un enfant mécontent, fatigué (ou affamé !) de vous aider dans les tâches ménagères, il est probable qu'il dira non ou même qu'il vous ignorera.

Au lieu de donner des consignes quand les choses doivent être faites, essayez de planifier une conversation et une négociation quand tout le monde est reposé et calme.

Remarquer et féliciter

Lorsqu'il s'agit d'enfants, le comportement qui attire l'attention d'un parent est celui qu'ils sont susceptibles de répéter.

Lorsque vous remarquez et félicitez un comportement coopératif, cela peut encourager les enfants à le reproduire.

Par exemple, « Merci de m'avoir aidé à préparer le repas. Tu as bien coupé les légumes. Et, c'était délicieux ! »

Le tableau des tâches ménagères pour les enfants

Commencez par une, deux ou trois tâches simples par semaine, et vous pouvez les noter sur un tableau de tâches ménagères que tout le monde peut voir.

Le tableau des tâches ménagères aide les enfants à se sentir fiers lorsqu'ils terminent leur travail et peut aider tout le monde à rester organisé. Il existe de nombreux exemples de tableaux. Prenez celui qui convient le mieux à votre famille. Cependant, il ne s'agit pas forcément d'un tableau uniquement pour les tâches ménagères.

Le programme [Triple P en ligne](#) comprend un exemple de « tableau de récompenses » qui peut être utilisé pour encourager la coopération et aider les enfants à acquérir de nouvelles compétences. Les récompenses peuvent être des étoiles, des autocollants ou des smileys pour les aider à se sentir bien dans ce qu'ils ont fait. Vous pourrez ensuite supprimer progressivement les récompenses à mesure qu'ils grandissent et deviennent plus responsables.

QU'EN EST-IL DE L'ARGENT DE POCHE POUR LES ENFANTS ?

L'argent de poche peut être une grande source de motivation et aide également les enfants à apprendre la relation entre l'effort et la récompense, ainsi que la valeur du budget et de l'épargne.

Le montant que vous choisissez pourrait dépendre de leur âge, de votre budget et de ce qui pourrait vous être utile pour votre famille.

Pour les enfants plus jeunes, une petite somme d'argent de poche suffit. Au fur et à mesure qu'ils grandissent, vous préférez peut-être leur donner un peu plus d'argent, ou lier le montant à certaines tâches ménagères. C'est aussi une bonne idée de fixer quelques règles de base sur ce pour quoi ils seront récompensés et ce pour quoi ils ne le seront pas.

Si l'idée de l'argent de poche ne convient pas à votre famille, d'autres récompenses pourraient inclure une activité familiale amusante, un peu de temps d'écran supplémentaire, ou les laisser choisir leur repas préféré - c'est à vous de décider ce qui convient le mieux.

En dehors des récompenses et des incitations, faites-leur savoir que leurs contributions font vraiment une grande différence pour la famille et qu'elles sont appréciées.

QUELLES SONT LES TÂCHES MÉNAGÈRES ADAPTÉES À L'ÂGE DES ENFANTS ?

Vous vous demandez peut-être quand devez-vous donner des tâches ménagères à votre enfant ? Voici quelques exemples de tâches adaptées à différents âges :

Tout-petits : ranger quelques jouets, arroser une plante, mettre le linge sale dans le panier à linge, essuyer une surface, rapporter son bol vide dans la cuisine.

Enfants d'âge préscolaire : aider à mettre la table, balayer une petite surface, remplir le bol d'eau d'un animal de compagnie, assortir des chaussettes en pliant le linge.

Enfants d'âge scolaire : passer l'aspirateur ou balayer une grande surface, ranger le linge propre, préparer leur cartable ou faire leur lit.

Préados et ados : laver la voiture, nettoyer la salle de bain, faire des courses simples ou préparer des repas, faire la lessive et plier les vêtements.

Chaque enfant est différent, et les tâches ménagères qu'il effectue peuvent dépendre de ses compétences, de son intérêt et de sa motivation.

TÂCHES MÉNAGÈRES POUR LES ENFANTS ET ATTENTES RÉALISTES

Vous vous demandez peut-être si les enfants font-ils vraiment des tâches ménagères.

La plupart des enfants aiment vraiment aider. Surtout lorsqu'ils sont tout-petits et qu'ils ont envie de faire plus de choses par eux-mêmes.

Même lorsque les enfants ne font pas les choses exactement comme nous le souhaitons, le fait de leur donner l'espace et le temps d'essayer leur montre que leur contribution compte.

La clé est de leur donner l'occasion d'aider dès qu'ils sont prêts, de leur montrer les étapes et de faire preuve de patience pendant qu'ils apprennent. Concentrez-vous sur l'importance d'avoir une [relation solide avec votre enfant](#) et [gardez votre calme](#).

Les choses prendront plus de temps, il y aura des dégâts, de la poussière, du désordre et de la vaisselle empilée d'une manière pas très idéale - et c'est normal !

Ce qui compte vraiment, c'est d'encourager leur participation, et non la perfection.

Obtenez une boîte à outils de stratégies qui fonctionnent pour éduquer des enfants confiants et coopératifs avec [Triple P en ligne](#) ou [Teen Triple P Online](#).